2014-2023. Δέκα χρόνια Ελληνικό Open Water Swimming.

ΟΛΟΙ οι αγώνες, όλοι οι κολυμβητές, όλες οι βραβεύσεις, μέσα σε 10 τόμους:

ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ OWS «ΛΕΑΝΔΡΟΣ»

Τόμος 7ος. 2020

2020, 7ο "ΛΕΑΝΔΡΟΣ" ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ σειράς 24 αγώνων open water με 1071 Μαραθωνοκολυμβητές (παρά τις δυσκολίες της πανδημίας covid-19). Οι ΦΩΤΟ από FB των 64 καλύτερων marathon swimmers, των 45 νικητών βάθρου στις 5 κατηγορίες αναλόγως Km και των 133 νικητών βάθρου στα age groups 2020.





GREEK GRAND PRIX OWS Open Water Swimming "LEANDROS"

7th Anniversary Edition. 2020

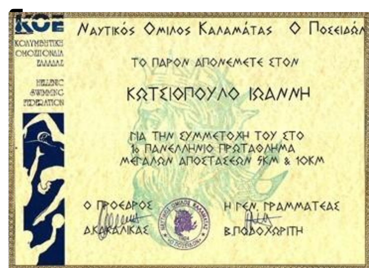
ISBN:


Γιάννης Κωτσιόπουλος



1 .ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ OWS “ΛΕΑΝΔΡΟΣ 2020”

ΑΦΙΕΡΩΝΕΤΑΙ στον προπονητή μου ΝΙΚΟ ΓΕΜΕΛΟ, τον Αρχιπροπονητή του ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΥ, που γιορτάζει τα 100 του χρόνια, ως ο μακράν πολύ-πρωταθλητής σε όλα τα αθλήματα. Είχα την τύχη να συμμετέχω το 2002 σ





ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΕΚΟΦ

Προς Υπουργείο Εθνικής Άμυνας

Αριθμ. Πρωτ.: 3634/Ε

Αθήνα, 13 Ιουνίου 2000

Σε απάντηση του με αριθμ.πρωτ. ... ΙΩΑΝΝΗ ΚΩΤΣΙΟΠΟΥΛΟ ... Επιτροπής OPEN WATER της FINA.

Για το Δ.Σ.
Ο Γενικός Γραμματέας
Δ. ΣΑΡΑΚΑΤΣΑΝΗΣ

ΝΑΥΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ «Ο ΠΟΣΕΙΔΩΝ»
ΑΚΤΗ Ν.Ο.Κ. - ΚΑΛΑΜΑΤΑ - 24100
Μέλος: Κ.Ο.Ε. / Ε.Ι.Ο. / Ε.Σ.Ο. / Ε.Ο.Π.Κ. / Ε.Ο.Υ.Δ.Δ.Δ.Τ.Κ.

Καλαμάτα 6 & 7 Ιουλίου 2002

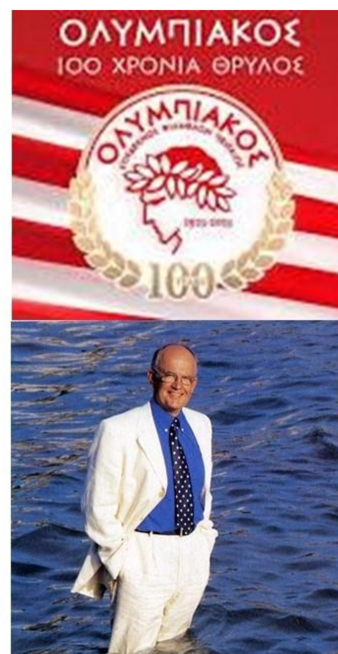
1ο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ 5 – 10 ΧΛΜ.
ΚΑΛΑΜΑΤΑ 6-7 ΙΟΥΛΙΟΥ 2002
ΤΕΛΙΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

1η Ημέρα 6 Ιουλίου 2002

ΘΕΣΗ	ΣΩΜΑΤΕΙΟ	ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ ΑΘΛΗΤΗ	ΧΡΟΝΟΣ
		ΓΥΝΑΙΚΩΝ 10ΧΛΜ	
1η	ΟΣΦΠ	Ψιλλίγγου Σοφία	02:49:28:35
2η	Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ	Παπαργιάκη Κατερίνα	03:03:01:16
3η	Ν.Ο.ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ	Σαμπάτη Σταυρούλα	03:16:10:02
4η	ΠΑΟ	Αθανασιάδη Ελένη	03:37:57:87
		ΑΝΤΡΩΝ 5 ΧΛΜ	
1ος	ΓΑΣ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ	Λιακάκης Γιώργος	01:09:31:75
2ος	ΔΙΑΣ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ	Ορκόπουλος Ιωάννης	01:12:11:98
3ος	ΠΑΕ ΑΡΓΗΣ	Λάμπρος Θεοφάνης	01:24:10:38
4ος	**ΟΣΦΠ**	**Κωτσιόπουλος Ιωάννης**	**01:27:50:47**
5ος	ΓΑΣ ΣΒΟΡΩΝΙΟΥ	Βασιλείου Πολυχρόνης	01:27:54:71

2η ΗΜΕΡΑ 7 Ιουλίου 2002

ΘΕΣΗ	ΣΩΜΑΤΕΙΟ	ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ ΑΘΛΗΤΗ	ΧΡΟΝΟΣ
		ΓΥΝΑΙΚΩΝ 5 ΧΛΜ	
1η	ΟΣΦΠ	Ψιλλίγγου Σοφία	01:24:15:20
2η	Ν.Ο.ΚΑΒΑΛΑΣ	Παπαργιάκη Κατερίνα	01:25:49:47
3η	ΤΡΙΤΩΝ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ	Μάρκου Βιργινία	01:54:16:92
4η	ΠΑΟ	Κανάκη Αικατερίνη	01:59:11:78
		ΑΝΤΡΩΝ 10 ΧΛΜ	
1ος	ΓΑΣ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ	Λιακάκης Γιώργος	02:19:21:64
2ος	ΔΙΑΣ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ	Λιάκος Εφραίμ	02:20:30:56
3ος	ΔΙΑΣ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ	Ορκόπουλος Ιωάννης	02:33:16:50
4ος	ΓΑΣ ΣΒΟΡΩΝΙΟΥ	Βασιλείου Πολυχρόνης	03:11:10:36
5ος	**ΟΣΦΠ**	**Κωτσιόπουλος Ιωάννης**	**03:16:22:95**
6ος	ΤΡΙΤΩΝ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ	Λιάπουλας Σέργιος	03:24:12:90



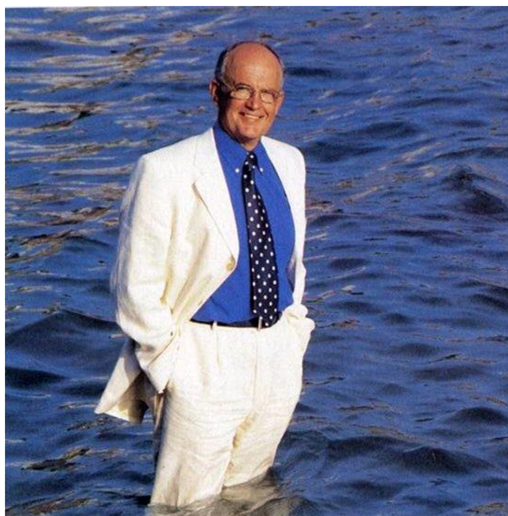
Η συμμετοχή του Γιάννη Κωτσιόπουλου στην κατάκτηση από τον ΘΡΥΛΟ ΟΣΦΠ του 1ου Παν. Πρωταθλήματος Ανοιχτής Θάλασσας OWS το 2002.

α
ν
ά
δ
ε
ι
ξ
η



2. ΕΙΣΑΓΩΓΗ σελ. 3-10





Ο συγγραφέας : Γιάννης Κωτσιόπουλος Α.Τ. Μηχανικός ΕΜΠ ,διάπλους Μάγχης, (15 επιτυχείς διαπλεύσεις του Τορωναίου (25 Km), εκ των οποίων μία διπλή διάπλευση (50 Km) και μία τριπλή (75 Km) στα 52 μου χρόνια .

<u>ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ</u> (ως πρόεδρος του Συλλόγου ‘’**ΛΕΑΝΔΡΟΣ**’’)

προς τους αρωγούς επί 10 χρόνια του ‘’ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ OWS ΛΕΑΝΔΡΟΣ’’ ήτοι:

- Τους διευθυντές του **XTERRA Greece Κωνσταντίνο Μητρόπαπα και Κωνσταντίνο Κουμάργιαλη**, που ήταν οι γενναιόδωροι **αθλοθέτες.**
- Τους **συνδιοργανωτές του ‘’ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ OWS ΛΕΑΝΔΡΟΣ’’**, ήτοι τους Συλλόγους Μαραθώνιας Κολύμβησης **‘’ΑΛΣ’’ και ‘’ΛΕΑΝΔΡΟΣ’’.**
- Τους δεκάδες **διοργανωτές αγώνων** ανοιχτής θάλασσας ή λιμνών ανά την Ελλάδα.
- ΟΛΑ **τα μέλη του ’’ΛΕΑΝΔΡΟΣ’’-ειδικά τους παρακάτω -που την 7ετία 2014-2020 κατέκτησαν πληθώρα μεταλλίων OWS του ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ ‘’ΛΕΑΝΔΡΟΣ΄΄.**

ΥΠΟΜΝΗΜΑ:

για τα μετάλλια: χρυσό / αργυρό / χάλκινο

Men / Women / MW / WW / category Km

over all / για κατηγορίες/km / age group

ΚΑΤΑΤΑΞΗ μελών και φίλων ''ΛΕΑΝΔΡΟΣ''

2014-2020: Σύνολο μεταλλίων ανά κολυμβητή

over all-category-age group παράδειγμα: 1,0,2-2,4,0-1,1,3 =

over all : 1 χρυσό,0 αργυρά,2 χάλκινα

category: 2 χρυσά,4 αργυρά,0 χάλκινα

age group: 1 χρυσό,1 αργυρό,3 χάλκινα

ΕΠΩΝΥΜΟ μέ	ΟΝΟΜΑ μ	over a	categor	age g	Συν. 2014-2020	Συν. 2014-2020 μετάλλια
ΚΟΥΒΕΛΗ	ΒΙΚΥ	2,1,2	0,1,2	5,1,0	2,1,2-0,1,2-5,1,0	
ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	1,2,1	1,0,0	3,1,0	1,2,1-1,0,0-3,1,0	
ΓΟΝΙΔΗ	ΧΡΙΣΤΙΝΑ	1,0,2	2,1,2	5,1,0	1,0,2-2,1,2-5,1,0	
ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	1,0,1	1,2,0	3,0,0	1,0,1-1,2,0-3,0,0	
ΛΟΥΚΑ	ΒΑΣΙΛΙΚΗ	0,2,0	3,0,0	2,1,0	0,2,0-3,0,0-2,1,0	
ΚΩΣΤΑΡΕΛΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	0,0,1	0,0,0	0,1,0	0,0,1-0,0,0-0,1,0	
ΜΑΚΡΙΔΑΚΗ	ΔΑΝΑΗ ΕΛΙΝΑ	0,0,0	2,0,0	2,2,4	0,0,0-2,0,0-2,2,4	
ΔΕΜΕΤΗΣ	ΒΑΣΙΛΗΣ	0,0,0	1,0,0	2,0,0	0,0,0-1,0,0-2,0,0	
ΚΑΡΟΥΝΤΖΟΣ	ΛΑΜΠΡΟΣ	0,0,0	0,0,1	0,1,0	0,0,0-0,0,1-0,1,0	
ΠΑΡΘΕΝΗΣ	ΠΕΤΡΟΣ	0,0,0	0,0,1	0,0,2	0,0,0-0,0,1-0,0,2	
ΣΥΝΤΖΑΝΑΚΗ	ΝΑΝΤΙΑ	0,0,0	0,0,1	0,0,0	0,0,0-0,0,1-0,0,0	
ΚΩΤΣΙΟΠΟΥΛΟΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	0,0,0	0,0,0	2,3,3	0,0,0-0,0,0-2,3,3	
ΛΟΥΡΑΝΤΟΣ	ΞΕΝΟΦΩΝ	0,0,0	0,0,0	2,2,1	0,0,0-0,0,0-2,2,1	
ΚΡΕΣΤΑ	ΠΗΝΕΛΟΠΗ	0,0,0	0,0,0	2,1,0	0,0,0-0,0,0-2,1,0	
ΓΙΟΥΖΕΠΑΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	0,0,0	0,0,0	1,2,2	0,0,0-0,0,0-1,2,2	
ΑΒΑΠΑΝΟΣ	ΙΩΣΗΦ	0,0,0	0,0,0	1,2,1	0,0,0-0,0,0-1,2,1	
ΤΣΙΟΥΡΗΣ	ΛΕΩΝΙΔΑΣ	0,0,0	0,0,0	1,0,1	0,0,0-0,0,0-1,0,1	

rank. medals ΛΕΑΝΔΡΟΣ 2014-2020 | '14-'20ανά έτος μετάλ.ΛΕΑΝΔΡΟΣ | medals αλφαβητ



<u>Η ΑΥΓΗ ΤΗΣ Ε Λ Λ Η Ν Ι Κ Η Σ ΜΑΡΑΘΩΝΙΑΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ</u>



Σύμφωνα με τον μύθο του Λέανδρου και της Ηρούς ο πρώτος Έλληνας μαραθώνιος κολυμβητής ήταν ο Λέανδρος που διέσχιζε κολυμπώντας τα στενά του Βοσπόρου για τα μάτια της καλής του. Κατά τον μύθο, ο **<u>Λέανδρος</u>** κολυμπούσε κάθε νύχτα από την Άβυδο, στην ασιατική ακτή, μέχρι την αντικρινή πόλη Σηστό, όπου συναντούσε την καλή του ονόματι Ηρώ, ιέρεια της Αφροδίτης. Ο ανωτέρω διάσημος ΠΙΝΑΚΑΣ ΖΩΓΡΑΦΙΚΗΣ του Etty Parting 1827 δείχνει τον νεκρό ένεκα τρικυμίας Λέανδρο στην αγκαλιά της Ηρούς.

Ο Φάρος του Λέανδρου λάμπει έξω από το λιμάνι της Κωνσταντινούπολης.



ΣΚΥΛΛΙΗΣ & ΥΔΝΑ – πατέρας και κόρη, ΔΥΤΕΣ από την ΣΚΙΩΝΗ (480 π.Χ.) *Στη Σκιώνη της Μακεδονίας, στις αρχές του 5ου αι. π.Χ., γεννήθηκε η Ύδνα Κυανή. Πατέρας της ήταν ο διάσημος κολυμβητής Σκύλλις ή Σκυλίας. Από τα πρώτα της βήματα η μικρή τον ακολούθησε και τον μιμήθηκε στις θαλασσινές επιδόσεις, εξελισσόμενη σε εκπληκτική δύτρια του Ελληνικού στόλου.* ***Σύμφωνα με τον ιστορικό Ηρόδοτο*****, το καλοκαίρι του 480 π.Χ**. *ο στόλος του Ξέρξη στρατολόγησε με τη βία τον πατέρα της, για να τον χρησιμοποιήσουν εναντίον των Ελλήνων.*

(Ενώ στις Θερμοπύλες γράφτηκε το έπος των 300 του Λεωνίδα εναντίον των Περσών, μία εβδομάδα μετά 70 Km B. Ανατολικά από τις Θερμοπύλες) δηλ.

Έξω απ' το θεσσαλικό λιμάνι των Αφετών όπου αγκυροβόλησαν τα περσικά καράβια, «ο Σκύλλις» ξέφυγε από τους Πέρσες. Η μόλις έφηβη κόρη του με εντυπωσιακή αποφασιστικότητα, τον παρακολούθησε από απόσταση. Μαζί με την κόρη του Ύδνα, έκαναν απανωτές καταδύσεις ***και*** έκοψαν τις άγκυρες των περσικών πλοίων, *προξενώντας μεγάλη σύγχυση, πανικό και φθορές. Στη συνέχεια,* **κολύμπησαν ογδόντα στάδια (περίπου 9 ναυτικά μίλια), μέχρι το Αρτεμίσιο και ανέφεραν στους Έλληνες** *τις προθέσεις του εχθρού και χρήσιμα στοιχεία για το στόλο τους. Προς τιμήν τους ανεγέρθηκαν δύο χρυσά αγάλματα ...]* http://hellasblackwhite.blo

Ιστορικά αποδεδειγμένο είναι ότι πριν την επανάσταση του 1821, **ο φιλέλληνας Λόρδος Βύρων (Lord Byron)** για να τιμήσει τον παραπάνω μύθο του Λέανδρου, διέσχισε κολυμπώντας το 1810 τα στενά του Βοσπόρου από την Άβυδο στην Σηστό.



Ο λόρδος Βύρων επανέλαβε το εγχείρημα του μυθικού Λέανδρου, διασχίζοντας τα στενά κολυμπόντας από την αρχαία Άβυδο της Ευρωπαϊκής ακτής προς τη Σηστό της Ασιατικής (**3 Μαΐου 1810**),

Ο ΔΙΑΠΛΟΥΣ ΤΗΣ ΜΑΓΧΗΣ (Αγγλία-Γαλλία) έχει γίνει από 8 ΕΛΛΗΝΕΣ (1930-2013).

Το 1971 έγινε ο 1ος διάπλους του Τορωναίου Κόλπου 25k και συνεχίζεται ως σήμερα. Αρχικά τον στήριξαν περισσότερο οι Θεσσαλονικείς κολυμβητές. Σειρά πήραν οι Αθηναίοι. Το κίνημα OWS γιγαντώνεται μετά το Ολυμπιακό μετάλλιο του Σπύρου Γιαννιώτη.

Το 2010 ιδρύθηκε ο Πρώτος Πανελλήνιος Κολυμβητικός Σύλλογος Μαραθώνιων κολυμβητών με την επωνυμία **" ΛΕΑΝΔΡΟΣ**".

Ο σύλλογος ''**ΛΕΑΝΔΡΟΣ'', για να συμβάλλει στην ανάπτυξη του κινήματος OWS,** προκηρύσσει από το 2014 μαζί με τον σύλλογο ''**ΑΛΣ**'' και αθλοθετούν τις elite βραβεύσεις για τα 10 ετήσια **''ΛΕΑΝΔΡΟΣ ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ OWS 2014-2023''** κολυμβητικών αγώνων σε Ελληνικές λίμνες και θάλασσες.

<u>Ο μαθηματικός τύπος που δίνει τους βαθμούς σε κάθε κολυμβητή OWS.</u>

Προσωπικά είχα την τύχη το 1996 και το 1997 να κολυμπήσω με την κόρη μου στην Αργεντινή σε διάσημους αγώνες του Παγκόσμιου Πρωταθλήματος της IMSA όπως πχ τα 88 Km του ποταμού Parana.στην Αργεντινή. Εκεί γνώρισα τον Πρόεδρο της **IMSA** , τον Hall of Famer **Roger Parsons** και την μέθοδό του να δίνει βάσει ενός μαθηματικού τύπου τους βαθμούς σε κάθε κολυμβητή στο δικό του Παγκόσμιο πρωτάθλημα της IMSA. Στον δικό του μαθηματικό τύπο βασιστήκαμε.Όμως μετά από έρευνα σε όλα τα παγκόσμια OWS events καταλήξαμε ότι ο παρακάτω πιο πολυπαραγοντικός μαθηματικός τύπος είναι ο ο βέλτιστος, για να αξιολογούνται βάσει αυτού οι επιδόσεις των κολυμβητών, επειδή-όσο κανένας άλλος παγκοσμίως-συνεκτιμά για κάθε τερματίσαντα : την θέση του(1ος,2ος,…), την διανυθείσα

απόσταση σε Km, τον αριθμό των συμμετεχόντων, την διαφορά του πρώτου σε min από τους υπόλοιπους και δίνει bonus αν η ταχύτητα του κολυμβητή είναι μεγαλύτερη από 5 Km/h ή αν η θερμοκρασία του νερού είναι μικρότερη από 13^{0}C .

Μόνο οι 5 καλύτερες βαθμολογίες σε max 5 αγώνες OWS αθροίζονται για να δώσουν την τελική βαθμολογία του κάθε κολυμβητή. Δηλαδή οι βαθμοί πέραν των 5 αγώνων , για λόγους μη αθέμητου ανταγωνισμού, δεν λαμβάνονται υπόψη.

Όσοι από τους elite έλαβάν μέρος στον Μεγάλο Τελικό, έλαβαν μόνο σε αυτόν τον αγώνα bonus %, σύμφωνα με την προκήρυξη.

POINTS FORMULA for GLOBAL "LEANDROS"GRAND PRIX OWS

(same sex, same distance, separate wetsuit-nowetsuit):

$P=Bj_{(25<Bj<300)} \times Dj_{(0,95<Dj<2)} \times Nj_{(1<Pn<1,3)}+Tj+V+C$

P=Βαθμοί (points) κολυμβητή στον OWS αγώνα δηλ. ακέραιος αριθμός

Bj=points-βαθμοί δηλ. από 300 για την 1η, 250 για την 2η… ως 25 βαθμοί για την 17η ,18η θέση και μετά) (300 points for every solo swim)

Dj= coefficient -Συντελεστής χιλιομέτρων αγώνα δηλ. 0,95 για 1 Km- 1,00 για 2,5 Km- 1,05 για 5 Km- 1,10 για 7,5 Km … κοκ ως 2,00 για 55+ Km

Nj= coefficient -Συντελεστής μαζικότητας συμμετεχόντων δηλ. 1,00 για ως και 20 συμμετοχές-1,05 ως και 50-1,10 ως και 100-1,15 ως και 200- 1,20 ως και 300 συμμετοχές-1,25 για ως και 400-1,30 για άνω των 400 συμμετοχών

Tj=points-Διαφορά χρόνου άφιξης από τον 4ο σε min (αφορά μόνο τους 3 πρώτους, με μέγιστο Tj=1 ώρα δηλ.60)

V =10 points bonus, if mean Velocity of swimmer>5 Km/h (Except river swims)

C =10 points bonus, if water is colder than 13 degrees C

Bj ΒΑΘΜΟΙ θέσης ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΑΓΩΝΑ ΤΗΣ ΣΕΙΡΑΣ ΠΑΝΕΛΛ. ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ OWS

ΘΕΣΗ	ΒΑΘΜΟΙ	ΘΕΣΗ	ΒΑΘΜΟΙ	ΘΕΣΗ	ΒΑΘΜΟΙ	ΘΕΣΗ	ΒΑΘΜΟΙ	ΘΕΣΗ	ΒΑΘΜΟΙ	ΘΕΣΗ	ΒΑΘΜΟΙ
1η	300	2η	250	3η	200	4η	180	5η	160	6η	140
7η	120	8η	100	9η	90	10η	80	11η	70	12η	60
13η	50	14η	45	15η	40	16η	35	17η	25	18η	25κοκ

For calculation, we take 5 best results of the swimmer in the season. If the swimmer participated in less than five starts, then we take all results.

Επί 10 συναπτά έτη ο θεσμός του ‘’ΛΕΑΝΔΡΟΣ ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ OWS’’ λειτούργησε άψογα. Έτυχε καθολικής αποδοχής από δεκάδες χιλιάδες κολυμβητές σε εκατοντάδες αγώνες OWS.Το πιο δύσκολο για το επιτελείο ήταν η μέρα του Μεγάλου Τελικού στην Βουλιαγμένη. Μέσα σε μισή ώρα από την λήξη των αγώνων γίνονταν και οι απονομές του ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ . ΑΡΑ ΣΕ ΜΙΣΗ ΩΡΑ έπρεπε να βαθμολογηθούν οι νικητές της ημέρας , να ενσωματωθούν οι βαθμολογιές τους με όλες τις βαθμολογίες όλων των κολυμβητών σε όλους τους αγώνες της χρονιάς για να βγουν και να βραβευθούν- αμέσως μετά- οι 3 νικητές Πανελληνιονίκες σε άνδρες και γυναίκες. Άγχος αλλά και χαρά!

7ος Τόμος. 2020

ΤΕΛΙΚΟΙ ΒΑΘΜΟΙ **ΟΛΩΝ** ΣΤΟ ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ σειράς αγώνων Open Water Swimming OWS 2020.

Φέτος κρατάμε μόνο ότι παρά τις δυσκολίες, φάνηκε ξεκάθαρα η άσβεστη φλόγα μας για OWS κολύμπι ! Η επιβεβαίωση στο τέλος αυτής της παραγράφου !!!

https://leandrosswim.files.wordpress.com/2020/11/finalfinal-2020-age-group-ranking-ce93ce9acea1ce91ce9d-cea0cea1ce99-ows-cebcceb5-cf87cf81cf89cebcceb1cf84ceb1.xlsx

ΜΕΛΕΤΗΣΤΕ ΤΟΝ ΠΑΡΑΠΑΝΩ **ΤΕΛΙΚΟ** (για το 2020) ΠΙΝΑΚΑ **excel** με τις τελικές βαθμολογίες και την τελική κατάταξη όλων. ΚΑΤΑΓΡΑΦΕΙ ΜΕ ΚΑΘΕ ΛΕΠΤΟΜΕΡΕΙΑ ΟΛΟΥΣ ΤΟΥΣ ΦΕΤΙΝΟΥΣ ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΟΥΣ ΑΘΛΟΥΣ ΣΕ ΟΛΟΥΣ ΤΟΥΣ 24 ΑΓΩΝΕΣ μέχρι και 31-10-2020 όλων ανεξαιρέτως των **1071** ΥΠΕΡΟΧΩΝ ΚΟΛΥΜΒΗΤΩΝ OWS σε λίμνες και θάλασσες !!!!!!! (60% Men-27% W-9% MWetsuit-4% WWetsuit)

Το **2014**, σε όλους τους αγώνες OWS 2014 πήραν μέρος συνολικά 1712 μη επαγγελματίες κολυμβητές. 'Ηταν το πρώτο ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ OWS που πρώτος διοργάνωσε ο Σύλλογος μας "ΛΕΑΝΔΡΟΣ".

Το **2015** πήραν μέρος συνολικά 2199 κολυμβητές, στο δεύτερο ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ OWS που συνδιοργάνωσε ο Σύλλογος μας "ΛΕΑΝΔΡΟΣ", μαζί με τον σύλλογο "ΑΛΣ" από την Θεσσαλονίκη.

Το **2016** στο αναβαθμισμένο 3ο ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ OWS 2016, που εντάχθηκε στο ‘’GSS-Global Swim Series", πήραν συνολικά μέρος 2812 .

Το **2017** πήραν συνολικά μέρος 3031 κολυμβητές).

Το **2018** πήραν συνολικά μέρος 3098 κολυμβητές).
Το **2019** ξεπεράσαμε όλα τα προηγούμενα ΡΕΚΟΡ σε αριθμό αγώνων (60) και σε κολυμβητές (3404). Αύξηση 98 % !!!
Το **2020**, λόγω covid-19, κολυμπήσαμε μόνο 1071 σε 24 αγώνες. Ματαιώθηκαν 41 αγώνες. Ο κάθε OWS κολυμβητής πήρε μέρος (κατά μέσο όρο) σε 1,6 αγώνες. Φέτος οι γενναίοι κολύμπησαν από την Κέρκυρα ως τα Χανιά και το Ρέθυμνο. Από την Χαλκιδική ως τις Οινούσσες και το ΚΑΣΤΕΛΛΟΡΙΖΟ !!! Είναι η καλύτερη απόδειξη του πόσο καρποφορεί στις καρδιές μας ο πλούσιος σπόρος που σπέρνουν συνεχώς οι 'Ελληνες επαγγελματίες του OWS χώρου (δηλαδή ο θρυλικός Σπ. Γιαννιώτης, ο αρχιπροπονητής Νίκος Γέμελος κλπ). Open Water Swimming = ο γρηγορότερα παγκοσμίως αναπτυσσόμενος αθλητικός χώρος.

'Οσοι θέλουν το καθιερωμένο **δίπλωμα** "ΛΕΑΝΔΡΟΣ" του ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ OWS 2020, το ζητούν στο : giannis.kotsiopoulos@gmail.com.

Ιδιαίτερη μνεία και δίπλωμα που αφιερώνεται στον μοναδικό !!! *τυφλό Ironman* τριαθλητή του ΙΩΝΑ ΑμΕΑ **Χρήστο *Κορομηλά* τιμής ένεκεν**. Για τις επαναλαμβανόμενες κάθε χρονιά επιτυχείς συμμετοχές του στο ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ OWS.

Αποστέλλεται **ΔΩΡΕΑΝ** .

ΜΠΡΑΒΟ. Είναι ο φωτεινός μας φάρος !!!

Τον τόνο της φωνής του. Το πώς θέλει να με βοηθήσει. Πριν έλεγα ότι κοιτάζω κάποιον στα μάτια και τον καταλαβαίνω. Δεν ίσχυε. Τώρα νιώθω τους ανθρώπους καθαρά. Η ενσυναίσθηση που έχω.



Ζητώ συγνώμη αν η ερώτηση είναι σκληρή αλλά πώς προέκυψε η αναπηρία σας?

Κάνετε πολύ καλά και με ρωτάτε και ευχαριστώ. Πρέπει να το μάθει ο κόσμος. Από υπερβολικό άγχος και στενοχώρια λόγω επαγγελματικών προβλημάτων. Έπεσε το ανοσοποιητικό μου σύστημα και "ξεκλείδωσε" ένας ιός έρπητα (που έχουμε όλοι) και μου "έφαγε" τα οπτικά νεύρα σε τρεις ημέρες. Πολύ σπάνιο, αλλά υπαρκτό.

Είναι ασύλληπτο αυτό που μου είπατε. Δεν πρέπει να μας κινητοποιήσει όλους?



GREEK LONG DISTANCE SWIMMING
GRAND PRIX 2020

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ
ΣΕΙΡΑΣ ΑΓΩΝΩΝ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ OWS 2020

ΚΟΡΟΜΗΛΑΣ ΧΡΗΣΤΟΣ

Τιμής ένεκεν



Νικήτη 31-10-2020



Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ
ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ "ΛΕΑΝΔΡΟΣ"
[illegible] Γιάννης

ΜΕ ΤΗΝ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ



Ο ΑΘΛΟΘΕΤΗΣ
για την XTERRA GREECE
Μητρόπουλος Κωνσταντίνος



3.Τα πορτραίτα των 64 elite Ανδρών και Γυναικών (με και χωρίς στολή Wetsuit) του ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ OWS ''ΛΕΑΝΔΡΟΣ **σελ. 11-40**

Στις παρακάτω φωτο βλέπετε ποιοί είναι

Οι 20 καλύτεροι για το 2020, OWSwimmers στην κατηγορία ανδρών (M):



1.ΣΑΡΡΗΓΕΩΡΓΙΔΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ(Konstantinos Sarrigeorgidis) 1484 βαθμοί



2.ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ ΑΡΗΣ(Aris Ioannidis) 1369 βαθμοί



3.ΓΚΟΤΖΙΑΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ(Δημήτρης Γκοτζιας) 1229 βαθμοί



4.ΜΠΑΝΤΟΥΒΑΝΗΣ ΠΑΝΟΣ (Panos Bantouvanis) 1227 βαθμοί



5.ΠΑΝΕΤΗΣ ΛΕΥΤΕΡΗΣ 1210 βαθμοί



6.ΚΟΜΙΝΗΣ ΑΛΤΑΝΗΣ ΟΔΥΣΣΕΑΣ(Οδυσσέας Κομίνης) 1123 βαθμοί



7.ΠΑΓΚΡΑΤΗΣ ΑΚΗΣ(Akis Pagratis) (ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ »ΛΕΑΝΔΡΟΣ») 1031 βαθμοί



8.ΜΑΥΡΟΜΑΤΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ(Dimitris Mavromatis) 1002 βαθμοί



9.ΝΕΓΡΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ(Dimitris Negris)



10.ΤΡΙΒΥΖΑΣ ΧΡΗΣΤΟΣ(Chris Trivizas)



11.ΜΟΙΡΑΣ ΜΑΝΟΣ (manolo.miras)



12.ΑΘΑΝΑΣΟΥΛΑΚΗΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ(Anastasis Athanasoulakis)



13.ΣΟΥΒΑΤΖΟΓΛΟΥ ΓΡΗΓΟΡΗΣ(Souvatzoglou Grigorios)



14.ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΓΙΩΡΓΟΣ(George Papajim)



15.ΚΑΡΥΔΗΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ(Alex Walnut Karidis)



16.ΚΩΝΣΤΑΝΤΕΛΛΟΣ ΒΑΣΙΛΗΣ (VasilisKonstantelos)(ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ »ΛΕΑΝΔΡΟΣ»).



17.ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ(Chris Assimakopoulos)(ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ »ΛΕΑΝΔΡΟΣ»)



18.ΚΥΡΙΑΖΟΠΟΥΛΟΣ ΝΙΚΟΣ(Nikos Kyriazopoulos)



19.ΠΑΝΕΤΗΣ ΗΛΙΑΣ(Ηλίας Πανέτης)



20.ΓΕΩΡΓΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΑΝΔΡΕΑΣ(Ανδρέας Γεωργακόπουλος)

Οι 12 καλύτερες για το 2020, OWSwimmers στην κατηγορία γυναικών (W) :



1.ΓΟΝΙΔΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ (Xristina Gonidi) (ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ »ΛΕΑΝΔΡΟΣ») 1727 βαθμοί

ΒΙΚΥ ΚΟΥΒΕΛΗ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΡΙΑ masters 3 Km OWS 2015-2017-2019







ΡΩΣΙΑ 2015- ΟΥΓΓΑΡΙΑ 2017 -ΚΙΝΑ 2019

2.ΒΙΚΥ ΚΟΥΒΕΛΗ(vicky kouveli)(έφορος και προπονήτρια του "ΛΕΑΝΔΡΟΣ") 1442 βαθμοί



3.ΣΤΟΓΙΑΝΝΙΔΟΥ ΚΛΕΟΠΑΤΡΑ (Patty Stogiannidou) 1160 βαθμοί



4.ΜΑΥΡΙΔΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ(Vasilki Mavridou) 1141 βαθμοί



5.ΑΓΓΕΛΕΤΟΥ ΝΙΚΟΛΕΤΑ (Νικολέτα Αγγελέτου)



6.ΠΟΛΥΖΟΥ ΣΟΦΙΑ(Sofia Polyzou)



7.ΛΕΜΠΛ ΗΛΕΚΤΡΑ(Ilektra Lebl)



8.ΚΑΤΡΑΝΤΣΙΩΤΗ ΙΩΑΝΝΑ



9.ΑΠΛΑΝΤΗ ΣΤΕΛΛΙΝΑ (Stellina Aplanti)



10.ΦΡΑΓΓΕΛΑΚΗ ΕΛΕΝΗ(Ελένη Φραγγελάκη)



11.ΓΚΑΝΟΓΙΑΝΝΗ ΑΡΕΤΗ



12.ΖΑΝΝΙΚΟΥ ΣΤΑΜΑΤΟΥΛΑ(Stamatoula Zannikou)

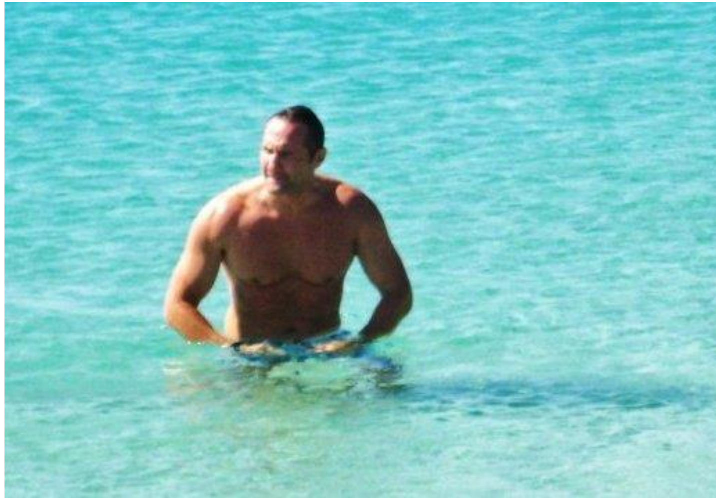
Οι 20 καλύτεροι για το 2020, OWSwimmers στην κατηγορία ανδρών με στολή wetsuit (MW) :



1.ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ(Chris Assimakopoulos)(ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ »ΛΕΑΝΔΡΟΣ») 1037 βαθμοί



2.ΒΑΜΒΑΚΙΔΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ(Giannis Vamvakidis) 928 βαθμοί



3.ΣΑΚΚΑΣ ΗΛΙΑΣ(Ilias Sakkas) 615 βαθμοί



4.ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ 583 βαθμοί



5.ΤΖΑΝΑΒΑΡΑΣ ΧΑΡΡΙΣΗΣ 525 βαθμοί



6. ΑΛΕΞΙΟΥ ΕΝΤΥ(Eddy Alexiou)



7.ΒΑΡΟΥΧΑΚΗΣ ΚΩΣΤΑΣ(Kostas Varouchakis)



8.ΑΛΥΦΑΝΤΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ(George Alyfantis)



9.ΒΛΑΧΟΣ ΚΩΣΤΑΣ(Κωστας Βλαχος)



10.ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ ΓΙΩΡΓΟΣ



11.ΚΑΛΟΓΕΡΟΠΟΥΛΟΣ ΘΕΟΧΑΡΗΣ



12.ΚΑΡΑΠΑΤΗΣ ALEX ΙΩΑΝΝΗΣ(Alex John Karapatis)



13.YASU FUKUOKA(yasunari.hirai)



14.ΔΑΡΖΕΝΤΑΣ ΑΡΤΕΜΙΟΣ(Αρτέμης Δαρζέντας)



15.ΔΗΜΟΠΟΥΛΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ(Panagiotis Dimopoulos)



16.ΛΙΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΚΥΡΙΑΚΟΣ(Κυριάκος Λιακόπουλος)



17.ΠΑΦΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ



18.ΜΟΙΡΑΣ ΜΑΝΟΣ(manolo.miras)



19.ΜΙΧΑΛΟΠΟΥΛΟΣ ΣΤΕΛΙΟΣ



20.ΜΑΝΑΣΑΚΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ

Οι 12 καλύτερες για το 2020, OWSwimmers στην κατηγορία γυναικών με στολή wetsuit (WW) :



1.ΤΡΙΤΣΙΜΠΙΔΑ ΝΤΟΡΙΝΑ(Dorina Trits)



2.ΜΠΡΕΓΙΑΝΝΗ ΕΛΕΝΗ(Eleni Bregianni)

**3.ΖΗΚΑ ΕΛΕΝΑ(Elena Zika)**



4.ΛΥΜΠΕΡΟΠΟΥΛΟΥ ΓΚΡΕΤΑ(Greta Lymberopoulou)



5.ΣΑΠΑΡΗ ΚΑΤΕΡΙΝΑ(Katerina Sapari)



6.ΦΥΤΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ



7.ΣΑΜΑΡΟΠΟΥΛΟΥ ΑΛΙΚΗ(Aliki Samaropoulou)



8.ΚΟΥΡΚΟΥΤΙΔΟΥ ΑΘΗΝΑ



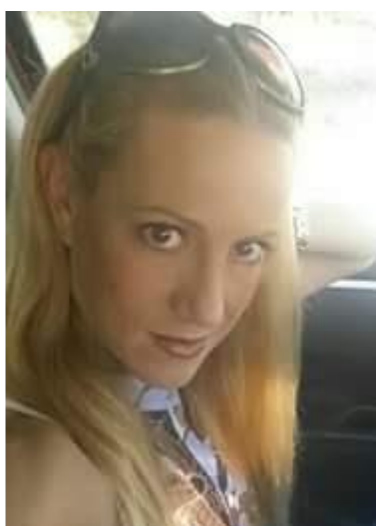
9.ΓΙΑΡΕΝΗ ΑΦΡΟΔΙΤΗ(Afrodite Giareni)



10.ΕΡΓΑ ΖΗΝΟΒΙΑ(Zinovia Erga)



11.ΒΑΛΜΑ ΑΙΜΙΛΙΑ



12.ΖΑΡΑΝΗ ΚΕΛΛΥ(Kelly Zarani)

4.Τα επίσημα αποτελέσματα χωριστά για καθένα από τους 24 αγώνες OWS 2020 σελ. 41-70

1.ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗ ΝΟΒ 1,5-3 Km 24-11-2019

	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	1 ΒΑΘΜΟΙ 1,6k ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗ ΝΟΒ (24-11-19) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΠΑΡΕΝΗ	ΑΦΡΟΔΙΤΗ	W	WW-29	301	00:17:12.406
3	ΜΠΕΚΑ	ΕΥΑ	W	WW-29	254	00:17:29.443
4	ΚΑΡΑΠΑΤΗΣ	ALEX ΙΩΑΝΝΗΣ	M	MW29	303	00:19:43.443
5	ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	MW30-44	253	00:19:43.485
6	ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	MW45-59	203	00:20:07.443
7	ΤΡΙΒΥΖΑΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	MW45-59	183	00:20:11.555
8	ΜΠΑΝΟΒΙΤΣ	ΘΕΟΔΟΣΙΟΣ	M	MW45-59	163	00:20:15.312
9	ΣΑΜΑΡΑΣ	ΛΕΩΝΙΔΑΣ	M	MW30-44	143	00:20:27.616
10	ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	MW30-44	123	00:20:42.575
11	ΛΙΝΑΡΔΟΣ	ΑΡΜΑΝΔΟΣ	M	MW30-44	103	00:20:51.496
12	ΠΑΡΖΙΓΚΑΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	MW45-59	92	00:21:00.443
13	ΜΑΚΡΙΔΑΚΗ	ΔΑΝΑΗ ΕΛΙΝΑ	W	WW30-44	202	00:21:36.142
14	ΜΠΑΣΣΕΑΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	MW30-44	80	00:23:35.712
15	ΔΑΡΔΑΜΑΝΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	MW30-44	70	00:23:43.553
16	ΠΑΦΟΣ	ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	M	MW45-59	60	00:23:44.484
17	ΚΑΒΑΛΙΕΡΑΤΟΥ	ΕΛΕΝΑ	W	WW45-59	181	00:23:47.437
18	ΧΑΣΙΩΤΗ	ΛΙΑΝΑ	W	WW30-44	162	00:23:47.777
19	ΧΡΥΣΑΦΕΛΛΗΣ	ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ	M	MW30-44	50	00:23:56.213
20	ΣΑΡΙΔΗΣ	ΠΑΝΟΣ	M	MW30-44	45	00:24:21.954
21	ΤΣΑΓΚΟΓΕΩΡΓΑΣ	ΓΡΗΓΟΡΙΟΣ	M	MW30-44	40	00:24:27.777
22	ΜΗΛΙΔΩΝΗΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	M	MW30-44	35	00:25:14.443
23	ΠΡΕΒΕΖΙΑΝΟΣ	ΛΑΖΑΡΟΣ	M	MW45-59	25	00:25:17.930
24	ΚΑΦΕΤΖΗΣ	ΣΤΕΦΑΝΟΣ	M	MW -29	25	00:25:36.033
25	ΣΑΜΠΑΤΑΚΟΣ	ΠΕΤΡΟΣ	M	MW30-44	25	00:25:49.301
26	ΣΤΑΘΗΣ	ΠΑΝΤΕΛΗΣ	M	MW30-44	25	00:26:44.151
27	ΠΟΛΙΤΣΟΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	MW 30-44	25	00:26:47.692
28	ΚΑΛΛΠΟΥΡΙΔΗΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	M	MW45-59	25	00:27:08.196
29	ΛΥΚΙΔΗΣ	ΧΑΡΙΛΑΟΣ	M	MW30-44	25	00:27:11.286

1,5 Km MW-WW | 1,5 Km M-W

	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	1 ΒΑΘΜΟΙ 1,6k ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗ ΝΟΒ (24-11-19) για	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΣΚΟΥΤΕΛΑΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	M	M30-44	318	00:16:33.443
3	ΒΕΝΕΤΟΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M-29	264	00:17:27.443
4	ΒΡΑΚΑ	ΑΛΕΞΙΑ	W	W-29	308	00:17:29.443
5	ΚΟΥΡΛΙΟΥΡΟΣ	ΝΙΚΟΣ	M	M30-44	212	00:17:47.941
6	ΜΑΡΚΟΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M-29	191	00:17:50.443
7	ΛΑΒΔΑΡΑΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	M	M-29	169	00:18:24.179
8	ΚΩΣΤΗ	ΑΙΜΙΛΙΑ	W	W-29	256	00:19:39.443
9	ΤΖΟΥΒΕΛΗΣ	ΣΤΑΥΡΟΣ	M	M45-59	146	00:20:02.845
10	ΧΑΝΙΩΤΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M30-44	125	00:20:04.443
11	ΚΑΤΡΑΝΤΣΙΩΤΗ	ΙΩΑΝΝΑ	W	W -29	206	00:20:08.085
12	ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ	ΠΛΑΤΩΝ	M	M-29	105	00:20:08.430
13	ΣΤΟΓΙΑΝΝΙΔΟΥ	ΚΛΕΟΠΑΤΡΑ	W	W45-59	186	00:20:13.443
14	ΛΥΚΟΒΑΡΔΗΣ	ΣΤΕΛΙΟΣ	M	M-29	94	00:20:15.488
15	ΓΡΗΓΟΡΑΚΑΚΗΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M45-59	84	00:20:16.443
16	ΚΑΡΑΒΑΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M-29	73	00:20:34.443
17	ΑΝΤΩΝΟΓΕΩΡΓΟΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M30-44	63	00:20:34.840
18	ΦΙΛΙΠΠΑΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΑΓΓΕΛΟΣ	M	M30-44	52	00:20:35.384
19	ΦΟΥΣΤΕΡΗΣ	ΠΑΥΛΟΣ	M	M-29	47	00:20:40.404
20	ΤΣΟΚΟΥ	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ	W	W-29	166	00:20:54.567
21	ΣΕΡΒΟΥ	ΙΩΑΝΝΑ	W	W30-44	146	00:20:57.334
22	ΠΕΤΡΟΧΕΙΛΟΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	M-29	42	00:21:12.435
23	ΤΡΑΚΑΚΗΣ	ΜΙΧΑΛΗΣ	M	M45-59	37	00:22:52.704
24	ΚΟΝΤΙΑΔΗΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	M	M60+	26	00:23:00.443
25	ΜΟΙΡΟΥΛΗ	ΓΕΩΡΓΙΝΑ	W	W -29	123	00:23:27.850
26	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ	ΠΑΝΟΣ	M	M-29	26	00:23:28.443
27	ΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M30-44	26	00:23:36.443
28	ΠΑΠΟΥΤΣΗΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M45-59	26	00:23:43.082
29	ΠΟΥΛΟΠΟΥΛΟΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M30-44	26	00:23:43.443
30	ΣΑΡΙΔΗΣ	ΛΕΩΝΙΔΑΣ	M	M30-44	26	00:23:49.394
31	ΜΟΣΧΟΠΟΥΛΟΣ	ΕΥΘΥΜΗΣ	M	M30-44	26	00:24:31.875

1,5 Km M-W | 1,5 Km MW-WW

	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	1 ΒΑΘΜΟΙ 3k ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗ ΝΟΒ (24-11-19) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΓΚΟΥΝΤΟΥΜΗΣ	ΛΑΜΠΡΟΣ	M	M 29	336	00:34:13.803
3	ΒΕΝΕΤΟΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	M 29	280	00:35:48.580
4	ΚΟΥΒΕΛΗ	ΒΙΚΥ	W	W45 59	329	00:35:53.157
5	ΘΩΜΑΔΑΚΗ	ΚΑΤΕΡΙΝΑ	W	W 29	275	00:37:23.790
6	ΣΗΜΑΝΤΗΡΑΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M30 44	223	00:37:37.803
7	ΦΙΡΦΙΛΙΩΝΗΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M30 44	201	00:37:39.590
8	ΠΕΤΡΟΧΕΙΛΟΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M 29	178	00:38:49.096
9	ΠΑΠΑΔΑΤΟΣ	ΣΤΕΦΑΝΟΣ	M	M45 59	155	00:39:39.757
10	ΚΑΡΥΔΗΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	M	M30 44	132	00:40:21.534
11	ΜΠΑΝΤΟΥΒΑΝΗΣ	ΠΑΝΟΣ	M	M45 59	110	00:40:26.224
12	ΝΤΑΗΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	M	M30 44	99	00:40:33.714
13	ΚΟΡΚΟΝΔΕΙΛΑΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	M	M45 59	88	00:40:34.803
14	ΚΑΝΑΚΗΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M30 44	77	00:40:34.803
15	ΝΙΚΟΛΑΟΥ	ΠΑΝΑΓΗΣ	M	M30 44	66	00:40:54.803
16	ΚΑΡΟΤΣΙΕΡΗΣ	ΑΝΔΡΕΑΣ	M	M45 59	55	00:42:11.545
17	ΔΑΜΑΛΑΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M30 44	50	00:42:21.661
18	ΜΠΑΚΕΑΣ	ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ	M	M30 44	44	00:42:38.641
19	CLAES	JELLE	M	M 29	39	00:42:49.855
20	ΓΟΝΙΔΗ	ΧΡΙΣΤΙΝΑ	W	W 29	217	00:42:51.253
21	ΧΑΤΖΑΡΑΣ	ΦΩΤΗΣ	M	M30 44	28	00:42:59.245
22	ΣΑΛΠΕΑΣ	ΠΕΤΡΟΣ	M	M30 44	28	00:43:31.772
23	ΠΑΠΑΘΑΝΑΣΙΟΥ	ΒΑΣΙΛΗΣ	M	M30 44	28	00:43:37.813
24	ΞΕΝΙΚΟΥΔΑΚΗΣ	ΣΩΤΗΡΗΣ	M	M30 44	28	00:43:38.125
25	ΠΟΛΥΖΟΥ	ΣΟΦΙΑ	W	W30 44	195	00:43:46.952
26	ΜΕΡΚΟΥΡΗΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	M	M30 44	28	00:43:50.325
27	ΓΕΩΡΓΑΚΑΚΟΣ	ΣΩΤΗΡΗΣ	M	M45 59	28	00:45:41.231
28	ΚΑΡΑΜΠΑΣ	ΑΡΗΣ	M	M45 59	28	00:45:43.531
29	ΣΚΑΡΛΑΤΟΥ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ	W	W30 44	172	00:45:51.260
30	ΛΟΥΤΣΟΣ	ΣΠΥΡΟΣ	M	M45 59	28	00:45:57.030
31	ΔΙΑΜΑΝΤΙΔΗ	ΚΡΥΣΤΑΛΙΑ	W	W30 44	151	00:46:10.755
32	ΚΑΤΡΑΝΤΣΙΩΤΗΣ	ΘΕΟΔΩΡΟΣ	M	M45 59	28	00:46:17.812
33	ΒΡΑΚΑ	ΧΡΙΣΤΙΝΑ-ΕΣΤΕΛ	W	W 29	129	00:46:24.084

3 Km M-W | 1,5 Km M-W

	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	1 ΒΑΘΜΟΙ 3k ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗ ΝΟΒ (24-11-19) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	MW 29	326	00:32:59.711
3	ΔΗΜΟΠΟΥΛΟΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	M	MW30 44	272	00:34:22.530
4	ΜΟΙΡΑΣ	ΜΑΝΟΣ	M	MW30 44	217	00:36:21.029
5	ΤΖΑΝΑΒΑΡΑΣ	ΧΑΡΡΙΣΗΣ	M	MW30 44	195	00:37:32.076
6	ΝΤΑΪΝΑΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	MW30 44	174	00:37:43.888
7	ΣΑΠΑΡΗ	ΚΑΤΕΡΙΝΑ	W	WW 29	322	00:37:54.887
8	ΑΙΛΙΑΝΟΣ	ΑΡΙΣΤΕΙΔΗΣ	M	MW45 59	151	00:39:49.694
9	ΒΑΛΜΑ	ΑΙΜΙΛΙΑ	W	WW 29	269	00:40:27.796
10	ΜΑΡΝΕΛΛΟΣ	ΘΟΔΩΡΗΣ	M	MW45 59	127	00:42:23.645
11	ΘΕΟΦΑΝΟΥΣ	ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΣ	M	MW 29	106	00:42:39.473
12	ΒΛΑΧΟΣ	ΚΩΣΤΑΣ	M	MW30 44	96	00:42:53.316
13	ΑΝΑΜΟΥΡΛΟΓΛΟΥ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	M	MW30 44	85	00:42:55.125
14	ΙΝΤΡΑ	ΑΝΔΡΕΑΣ	M	MW45 59	74	00:43:33.725
15	ΚΑΜΠΑΡΑΚΗΣ	ΣΤΕΦΑΝΟΣ	M	MW45 59	63	00:44:47.013
16	ΠΟΝΤΖΗΣ	ΕΥΘΗΜΙΟΣ	M	MW30 44	53	00:45:52.851
17	ΠΑΠΑΖΟΓΛΟΥ	ΦΩΤΗΣ	M	MW45 59	47	00:46:22.332
18	ΠΕΤΡΑΚΗΣ	ΝΙΚΟΣ	M	MW30 44	42	00:46:48.490
19	ΓΕΡΟΝΤΑΚΗ	ΣΟΦΙΑ	W	WW 29	212	00:47:05.590
20	ΤΣΑΒΔΑΡΙΔΗΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	MW45 59	37	00:47:16.424
21	ΡΩΤΑΣ	ΠΑΝΟΣ	M	MW45 59	26	00:48:10.922
22	ΠΑΠΑΪΩΑΝΝΟΥ	ΚΑΤΕΡΙΝΑ	W	WW30 44	191	00:48:25.241
23	ΒΕΛΛΙΔΗΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	MW30 44	26	00:48:50.780
24	ΣΥΛΛΑΙΔΟΠΟΥΛΟΥ	ΣΑΣΑ	W	WW45 59	171	00:48:52.330
25	ΚΟΘΡΗΣ	ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ	M	MW30 44	26	00:50:22.468
26	ΑΛΜΥΡΟΥΔΗ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ	W	WW45 59	149	00:50:27.447
27	ΤΣΑΚΑΓΙΑΝΝΗΣ	ΘΩΜΑΣ	M	MW45 59	26	00:50:32.828
28	ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ	ΧΑΡΗΣ	M	MW45 59	26	00:50:57.803
29	ΜΙΧΑΛΟΠΟΥΛΟΣ	ΣΤΕΛΙΟΣ	M	MW45 59	26	00:51:09.160
30	ΜΑΡΑΝΗΣ	ΣΩΤΗΡΗΣ	M	MW45 59	26	00:51:26.761
31	ΤΣΙΩΛΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	MW45 59	26	00:51:33.551
32	ΠΑΝΑΓΟΥ	ΝΤΙΝΟΣ	M	MW45 59	26	00:51:41.420
33	ΣΤΡΟΓΓΥΛΟΣ	ΝΙΚΟΣ	M	MW30 44	26	00:51:58.000
34	ΜΕΛΑΧΡΗΣ	ΠΕΡΙΚΛΗΣ	M	MW30 44	26	00:52:17.500
35	ΧΡΙΣΤΟΦΙΛΟΥ	ΑΛΚΗΣΤΙΣ	W	WW45 59	127	00:52:44.250
36	ΧΑΡΠΑΝΤΙΔΗΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	MW45 59	26	00:52:52.649
37	ΧΑΒΑΚΗ	ΑΘΑΝΑΣΙΑ	W	WW45 59	106	00:53:32.946
38	ΓΙΑΝΝΗ	ΑΓΓΕΛΙΚΗ	W	WW30 44	94	00:55:05.013

3 Km MW-WW | 3 Km M-W

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/1.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-ce92ce9fcea5ce9bce99ce91ce93ce9cce95ce9dce97-15-3-ce9am-24-11-2019.xlsx

2.ΚΑΒΟΥΡΙ ΑΤΤΙΚΗΣ 1-2,5-5-7,5 Km 28-6-2020 swimmingclub experience





	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	2 ΒΑΘΜΟΙ 7,5k ΚΑΒΟΥΡΙ ΑΤΤΙΚΗΣ (28-6-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΤΖΑΝΑΒΑΡΑΣ	ΧΑΡΗΣ	M	MW40+	330	01:41'21"750

	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	2 ΒΑΘΜΟΙ 2,5k ΚΑΒΟΥΡΙ ΑΤΤΙΚΗΣ (28-6-20)	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΔΑΡΖΕΝΤΑΣ	ΑΡΤΕΜΗΣ	M	MW40+	295	00:16'41"690
3	ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	MW40+	247	00:17'00"035
4	ΚΟΤΤΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	MW-39	198	00:18'01"21
5	ΜΥΛΩΝΟΠΟΥΛΟΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	MW40+	178	00:19'28"223
6	ΜΠΡΕΓΙΑΝΝΗ	ΛΕΝΑ	W	WW40+	292	00:24'22"129
7	ΒΑΛΙΑΝΑΤΟΥ	ΔΙΟΝΥΣΙΑ	W	WW40+	243	00:26'04"041
8	ΚΑΝΑΚΑΚΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	MW40+	152	00:26'53"457
9	ΟΙΚΟΝΟΜΟΥ	ΜΑΡΓΑΡΙΤΑ	W	WW40+	190	00:31'33"145

1 Km MW-WW | 2,5 Km MW-WW | 5 Km MW-WW | 7,5 Km MW | 7,5 Km M...

	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	2 ΒΑΘΜΟΙ 2,5k ΚΑΒΟΥΡΙ ΑΤΤΙΚΗΣ (28-6-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΚΑΛΟΓΕΡΟΠΟΥΛΟΣ	ΘΕΟΧΑΡΗΣ	M	MW-39	312	00:37'53"792
3	ΤΡΙΤΣΙΜΠΙΔΑ	ΝΤΟΡΙΝΑ	W	WW-39	328	00:39'37"434
4	ΑΛΕΞΙΟΥ	EDDY	M	MW40+	256	00:43'06"738
5	ΣΑΚΚΑΣ	ΗΛΙΑΣ	M	MW40+	205	00:44'49"126
6	ΠΑΦΟΣ	ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	M	MW40+	184	00:45'43"269
7	ΡΟΥΓΓΕΡΗΣ	ΑΝΤΩΝΗΣ ΣΑΦΑΝΣ	M	MW40+	163	00:46'23"381
8	ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	MW-39	140	00:49'00"344
9	ΚΑΡΔΑΡΑΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	MW-39	120	00:49'24"482
10	ΜΑΝΣΟΛΑΣ	ΜΑΤΘΑΙΟΣ	M	MW40+	100	00:49'30"461
11	ΠΑΛΑΣΚΑΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	MW40+	90	00:49'43"525
12	ΖΗΚΑ	ΕΛΕΝΑ	W	WW40+	264	00:53'26"382
13	ΖΑΡΑΝΗ	ΚΕΛΛΥ	W	WW40+	200	01:07'00"264

2,5 Km MW-WW | 5 Km MW-WW | 7,5 Km MW | 7,5 Km M-W | 5 Km M-W ...

	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	2 ΒΑΘΜΟΙ 5k ΚΑΒΟΥΡΙ ΑΤΤΙΚΗΣ (28-6-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΑΛΥΦΑΝΤΗΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	MW40+	352	01:02'04"541
3	ΒΑΜΒΑΚΙΔΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	MW40+	292	01:10'34"726
4	ΒΛΑΧΟΣ	ΚΩΣΤΑΣ	M	MW40+	239	01:10'42"646
5	ΜΑΝΑΣΑΚΗΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	MW40+	204	01:24'25"553
6	ΦΥΤΟΥ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ	W	WW-39	320	01:38'05"802
7	ΚΩΤΣΙΟΠΟΥΛΟΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	MW67	168	01:39'38"074
8	ΓΕΩΡΓΑΝΤΗ	ΕΦΗ	W	WW40+	263	01:43'05"860

5 Km MW-WW | 7,5 Km MW | 7,5 Km M-W | 5 Km M-W | 2,5 Km MW-WW ...

	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	2 ΒΑΘΜΟΙ 1k ΚΑΒΟΥΡΙ ΑΤΤΙΚΗΣ (28-8-20)	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΜΟΙΡΑΣ	ΜΑΝΟΣ	M	M30 39	303	00:15'06"408
3	ΔΗΜΗΤΡΑΚΑΚΗΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	M	M30 39	252	00:16'19"662
4	ΧΑΡΟΚΟΠΟΥ	ΣΤΕΛΙΝΑ	W	W 18	308	00:16'25"700
5	ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M19 29	203	00:16'27"214
6	ΚΡΑΒΒΑΡΙΤΗΣ	ΑΝΔΡΕΑΣ	M	M30 39	183	00:16'29"745
7	ΖΑΧΑΡΙΟΥΔΑΚΗΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M30 39	163	00:16'33"589
8	ΣΕΡΒΟΥ	ΙΩΑΝΝΑ	W	W40 49	260	00:17'10"001
9	ΠΑΠΑΜΕΛΕΤΙΟΥ	ΘΕΜΗΣ	M	M19 29	142	00:17'22"008
10	ΜΠΟΜΠΟΛΗΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M30 39	122	00:17'44"358
11	ΚΡΙΜΠΑ	ΑΡΤΕΜΙΣ	W	W 18	222	00:17'47"740
12	ΤΡΥΒΙΖΑΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M40 49	101	00:18'07"942
13	ΣΤΑΦΥΛΑΣ	ΛΕΥΤΕΡΗΣ	M	M 18	91	00:18'32"820
14	ΠΟΛΙΤΗΣ	ΣΟΦΟΚΛΗΣ	M	M19 29	81	00:18'39"082
15	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ	ΑΝΔΡΙΑΝΑ	W	W 18	192	00:18'51"877
16	ΡΕΠΑΣ	ΣΠΥΡΙΔΩΝ	M	M55 59	70	00:19'00"940
17	ΠΑΠΟΥΡΤΖΗΣ	ΝΗΦΩΝ	M	M40 49	60	00:19'09"716
18	ΖΑΧΟΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	M	M 18	50	00:19'13"164
19	ΤΣΙΚΛΙΤΗΡΑ	ΒΑΣΙΑ	W	W19 29	172	00:19'28"686
20	ΦΟΥΓΙΑΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M40 49	45	00:19'30"133
21	ΧΑΤΖΗΔΑΚΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M50 54	40	00:20'01"913
22	ΧΡΥΣΑΦΕΛΗΣ	ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ	M	M30 39	35	00:21'01"353
23	ΠΟΛΑΚΗΣ	ΣΠΥΡΙΔΩΝ	M	M55 59	25	00:21'07"005
24	ΚΑΦΕΤΖΗΣ	ΣΤΕΦΑΝΟΣ	M	M19 29	25	00:21'43"535
25	ΧΑΒΕΛΑΣ	ΝΙΚΟΛΑΣ	M	M 18	25	00:22'32"436
26	ΝΟΤΑΡΑΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	M70 74	25	00:22'58"561
27	ΖΑΝΝΙΚΟΥ	ΣΤΑΜΑΤΟΥΛΑ	W	W50 54	149	00:23'10"031
28	ΠΛΑΚΟΓΙΑΝΝΗ	ΕΦΗ	W	W30 39	130	00:23'26"152
29	ΑΥΔΗΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	M19 29	25	00:24'08"706
30	ΒΕΚΡΗΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M2 19 29	25	00:24'15"977
31	ΚΟΦΙΤΣΑ	ΕΛΕΑΝΝΑ	W	W19 29	110	00:24'16"387
32	ΜΑΛΕΒΙΤΗΣ	ΝΙΚΟΣ	M	M19 29	25	00:24'31"022
33	ΝΑΣΤΟΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M 18	25	00:25'33"218 3
34	RUSH	JUNIOR	M	M40 49	25	00:25'37"168 3
35	ΚΟΡΦΙΑΤΗΣ	ΑΝΤΩΝΙΟΣ	M	M40 49	25	00:25'44"502
36	ΛΕΥΚΟΦΡΥΔΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M50 54	25	00:25'49"570

1 Km M-W | 5 Km M-W

	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	2 ΒΑΘΜΟΙ 2,5k ΚΑΒΟΥΡΙ ΑΤΤΙΚΗΣ (28-8-20)	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΔΕΜΕΤΗΣ	ΒΑΣΙΛΗΣ	M	M30-39	340	00:29'26"425
3	ΓΕΩΡΓΑΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M-18	284	00:30'53"305
4	ΠΑΠΑΛΕΞΗΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	M	M19-29	228	00:31'49"386
5	ΨΩΜΙΑΔΗΣ	ΝΙΚΟΛΑΣ	M	M-18	204	00:33'14"764
6	ΔΙΑΣΙΤΗΣ	ΖΑΧΑΡΙΑΣ	M	M-18	182	00:33'16"691
7	ΕΞΑΡΧΟΥ	ΜΑΡΙΑ	W	W-18	323	00:33'24"704
8	ΚΟΥΛΑΚΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M30-39	159	00:34'25"715
9	ΑΝΑΜΟΥΡΛΟΓΛΟΥ	ΒΑΣΙΛΗΣ	M	M40-49	137	00:34'30"384
10	ΔΑΪΝΑΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M30-39	113	00:36'04"801
11	ΣΤΡΑΤΑΚΟΥ	ΜΥΡΤΩ	W	W19-29	268	00:36'22"672
12	ΒΑΣΙΛΑΚΗ	ΜΙΧΑΕΛΑ	W	W-18	215	00:36'42"507
13	ΑΓΓΕΛΕΤΟΥ	ΝΙΚΟΛΕΤΑ	W	W19-29	193	00:37'12"112
14	ΚΟΥΡΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M40-49	100	00:38'02"061
15	ΚΟΥΡΙΕΡΗΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M30-39	89	00:38'39"372
16	ΤΕΡΕΖΑΚΗ	ΣΜΑΡΑΓΔΑ	W	W19-29	170	00:39'21"446
17	ΑΝΤΩΝΟΓΕΩΡΓΟΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M40-49	77	00:39'26"775
18	ΜΑΚΡΙΔΑΚΗ	ΔΑΝΑΗ-ΕΛΙΝΑ	W	W30-39	149	00:39'33"954
19	ΜΠΙΚΩΦ	ΜΑΝΙΑ	W	W40-49	128	00:39'40"512
20	ΚΗΠΟΥ	ΕΛΕΝΗ	W	W-18	107	00:39'55"394
21	ΣΕΡΑΦΙΓΓΟΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M40-49	66	00:40'22"910
22	ΓΡΗΓΟΡΑΚΑΚΗΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M40-49	55	00:40'36"740
23	ΚΟΡΟΜΗΛΑΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M55-59	50	00:41'07"803
24	ΡΟΥΜΕΛΙΩΤΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M55-59	44	00:41'13"557
25	MIERAU	SIMONE	W	W40-49	95	00:41'30"772
26	MIERAU	MIRJA	W	W40-49	84	00:41'32"114
27	ΚΑΛΟΓΕΡΟΠΟΥΛΟΥ	ΓΕΩΡΓΙΑ	W	W19-29	74	00:41'37"341
28	ΒΕΛΛΙΔΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M40-49	39	00:42'29"156
29	ΠΑΛΑΙΟΛΟΓΟΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M30-39	28	00:42'55"762
30	ΤΣΟΥΜΑΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	M	M40-49	28	00:43'02"864
31	ΤΣΑΒΔΑΡΙΔΗΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	M50-54	28	00:43'03"834
32	ΖΥΓΟΥΜΗΣ	ΘΕΜΗΣ	M	M40-49	28	00:43'04"280
33	ΜΑΡΣΕΛΛΟΥ	ΛΟΥΣΑ	W	W40-49	63	00:43'12"319
34	ΜΠΑΝΤΑΡΑ	ΤΖΟΥΛΙΑΝΑ	W	W19-29	53	00:43'47"871
35	ΠΑΝΟΥΡΓΙΑ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ	W	W40-49	47	00:43'49"380

2.5 Km M-W | 1 Km M-W | 5 Km M-V

	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	2 ΒΑΘΜΟΙ 6k ΚΑΒΟΥΡΙ ΑΤΤΙΚΗΣ (28-6-20)	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΓΚΟΤΖΙΑΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	M	M19-29	352	01:00'19"401
3	ΠΑΝΕΤΗΣ	ΗΛΙΑΣ	M	M30-39	293	01:04'16"728
4	ΠΕΝΝΑ	ΥΒΟΝΝΗ	W	W30-39	353	01:07'11"770
5	ΚΑΤΡΑΝΤΣΙΩΤΗ	ΙΩΑΝΝΑ	W	W-18	301	01:07'46"904
6	ΤΑΣΟΠΟΥΛΟΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M19-29	233	01:09'20"357
7	ΑΒΑΓΙΑΝΟΣ	ΑΝΤΡΕΑΣ	M	M40-49	210	01:09'28"437
8	ΣΑΠΑΡΗ	ΚΑΤΕΡΙΝΑ	W	W19-29	245	01:10'59"320
9	ΜΥΛΩΝΑΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M30-39	183	01:14'33"830
10	ΠΑΓΚΡΑΤΗΣ	ΠΡΟΚΟΠΗΣ	M	M40-49	160	01:15'06"273
11	ΘΕΟΦΑΝΟΥΣ	ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΣ	M	M-18	137	01:16'53"459
12	ΠΑΝΑΓΟΠΟΥΛΟΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	M	M30-39	115	01:16'57"377
13	ΝΑΟΥΜ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M40-49	101	01:19'45"820
14	ΣΠΟΝΤΑΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M40-49	89	01:20'52"372
15	ΚΑΡΑΜΠΑΣ	ΑΡΗΣ	M	M55-59	77	01:21'09"104
16	ΠΟΛΥΖΟΥ	ΣΟΦΙΑ	W	W40-49	213	01:21'33"221
17	ΜΠΟΤΟΠΟΥΛΟΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M50-54	66	01:23'30"920
18	ΠΟΥΛΟΠΟΥΛΟΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M40-49	55	01:23'43"250
19	ΤΖΑΝΙΔΗΣ	ΜΙΧΑΛΗΣ	M	M19-29	50	01:26'40"276
20	ΡΟΖΗ	ΓΕΩΡΓΙΑ	W	W30-39	186	01:27'25"174
21	ΣΚΟΥΝΤΖΟΥ	ΕΥΓΕΝΙΑ	W	W55-59	158	01:34'04"685
22	ΛΕΟΠΟΥΛΟΣ	ΣΤΕΡΓΙΟΣ	M	M55-59	44	01:37'00"897
23	ΡΙΖΟΣ	ΗΛΙΑΣ	M	M55-59	39	01:37'05"438
24	ΠΑΠΑΠΟΣΤΟΛΟΥ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M19-29	28	01:37'52"448
25	ΤΣΙΑΠΛΕΣ	ΝΙΚΟΣ	M	M40-49	28	01:38'54"282
26	ΚΑΛΟΜΟΙΡΗ	ΔΗΜΗΤΡΑ	W	W19-29	131	01:40'03"596
27	ΠΕΤΡΑΚΟΣ	ΠΕΤΡΟΣ	M	M60-64	28	01:40'45"028
28	ΝΕΙΡΟΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	M	M30-39	28	01:41'17"293
29	ΑΡΜΕΝΙΔΑΚΗΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	M	M40-49	28	01:44'43"197
30	ΜΑΝΔΑΛΗΣ	ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	M	M30-39	28	01:45'14"858
31	ΜΑΡΚΑΝΤΩΝΑΚΗ	ΗΡΩ	W	W40-49	105	01:45'15"157
32	ΣΕΛΕΒΙΣΤΑΣ	ΚΩΣΤΗΣ	M	M50-54	28	01:50'24"921
33	ΛΑΦΑΖΑΝΟΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M60-64	28	01:52'24"915
34	ΤΖΟΥΒΑΡΑΣ	ΣΤΑΘΗΣ	M	M50-54	28	01:59'56"349

5 Km M-W | 7,5 Km M-W | 7,

	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	2 ΒΑΘΜΟΙ 7,5k ΚΑΒΟΥΡΙ ΑΤΤΙΚΗΣ (28-6-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΠΑΝΕΤΗΣ	ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ	M	M30-39	365	01:33'46"583
3	ΚΟΥΡΛΙΟΥΡΟΣ	ΝΙΚΟΣ	M	M30-39	309	01:34'14"909
4	ΚΟΥΒΕΛΗ	ΒΙΚΥ	W	W50-54	385	01:34'57"876
5	ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ	ΑΡΗΣ	M	M50-54	247	01:41'32"223
6	ΜΠΑΝΤΟΥΒΑΝΗΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	M	M55-59	222	01:44'23"301
7	ΒΑΜΒΑΚΙΔΗΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	M	M40-49	200	01:44'41"883
8	ΓΟΝΙΔΗ	ΧΡΙΣΤΙΝΑ	W	W19-29	315	01:49'16"931
9	ΚΑΤΡΑΝΤΣΙΩΤΗΣ	ΘΕΟΔΩΡΟΣ	M	M50-54	172	01:50'10"001
10	ΜΑΥΡΟΜΑΤΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M30-39	136	02:04'26"777
11	ΠΟΥΛΙΟΣ	ΑΧΙΛΛΕΑΣ	M	M40-49	115	02:04'46"721
12	ΜΑΓΚΟΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M30-39	102	02:05'38"002
13	ΠΑΡΑΣΚΕΥΟΠΟΥΛΟΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	M	M30-39	89	02:07'40"796
14	ΠΑΡΑΣΚΕΥΟΠΟΥΛΟΣ	ΦΩΤΙΟΣ	M	M30-39	77	02:08'03"053
15	ΧΕΙΛΑ	ΧΡΙΣΤΙΝΑ	W	W30-39	241	02:08'17"764
16	ΒΑΡΒΑΡΕΣΟΣ	ΤΗΛΕΜΑΧΟΣ	M	M40-49	66	02:08'20"190
17	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ	ΠΑΝΟΣ	M	M60-64	55	02:15'19"790
18	ΕΥΓΕΝΕΙΑΔΗΣ	ΚΩΣΤΑΣ	M	M30-39	50	02:23'21"642
19	ΣΤΥΛΙΑΝΟΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M50-54	44	02:25'03"172
20	ΜΑΥΡΙΔΟΥ	ΒΑΣΙΛΙΚΗ	W	W40-49	198	02:29'45"986
21	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ	ΜΑΡΙΛΕΝΑ	W	W50-54	176	02:29'46"000
22	ΤΣΙΡΓΙΑΝΝΗΣ	ΜΙΧΑΛΗΣ	M	M40-49	39	02:29'47"000
23	ΦΡΑΓΓΕΛΑΚΗ	ΕΛΕΝΗ	W	W55-59	154	02:29'48"000

5 Km M-W | 7,5 Km M-W | 7,5 Km MW | 5 Km MW

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/2.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-ce9ace91ce92ce9fcea5cea1ce99-75-5-25-1-ce9am-28-6-2020.xlsx

3.ΣΙΦΝΟΣ 3-1,2-3 Km 11,12-7-2020



	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	3 ΒΑΘΜΟΙ 1,2k ΣΙΦΝΟΣ (11,12-7-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΔΗΜΟΠΟΥΛΟΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	M	M	298	0:16:01.183
3	ΜΟΥΣΤΑΚΑΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	M	M	246	0:21:18.150
4	ΚΩΝΣΤΑΝΤΕΛΛΟΣ	ΒΑΣΙΛΗΣ	M	M45	198	0:21:38.607
5	ΚΕΦΑΛΕΑ	ΚΙΡΚΗ	W	W	305	0:23:34.430
6	ΚΟΥΤΣΟΥΡΑΔΗΣ	ΝΑΣΟΣ	M	M	177	0:23:37.493
7	ΚΑΡΠΟΥΖΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M	158	0:23:41.547
8	ΜΠΑΒΑΣ	ΜΙΛΤΙΑΔΗΣ	M	M	139	0:23:42.207
9	ΚΩΝΣΤΑΝΤΑΡΑΣ	ΔΙΟΝΥΣΗΣ	M	M	119	0:24:02.430
10	ΔΙΑΜΑΝΤΙΔΗ	ΙΩΑΝΝΑ	W	W	254	0:27:17.013
11	ΒΗΧΟΣ	ΗΛΙΑΣ	M	M	97	0:27:32.973
12	ΖΑΝΝΙΚΟΥ	ΣΤΑΜΑΤΟΥΛΑ	W	W	206	0:27:38.773
13	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ	ΧΡΙΣΤΙΝΑ	W	W	187	0:27:44.357
14	ΠΑΠΑΔΟΓΙΑΝΝΗΣ	ΣΤΑΘΗΣ	M	M	88	0:27:54.850
15	ΑΛΕΒΙΖΟΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	M	M	77	0:28:15.197
16	ΔΟΥΝΙΑΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M46	67	0:29:03.103
17	ΚΟΥΖΟΥΠΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M	57	0:29:06.820
18	ΛΟΥΡΑΝΤΟΣ	ΞΕΝΟΦΩΝ	M	M66	48	0:30:51.603
19	ΑΠΟΣΤΟΛΟΓΙΑΝΝΗ	ΖΑΦΕΙΡΙΑ	W	W	156	0:39:55.443
20	ΜΑΥΡΙΚΟΥ	ΕΙΡΗΝΗ	W	W	133	0:43:02.040

1,2 Km M-W | 3 Km M-W | 3 Km Sunday M-W

	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	3 ΒΑΘΜΟΙ 3k ΣΙΦΝΟΣ (12-7-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΑΘΑΝΑΣΟΥΛΑΚΗΣ	ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ	M	M17	333	0:38:28.230
3	ΣΟΥΒΑΤΖΟΓΛΟΥ	ΓΡΗΓΟΡΗΣ	M	M32	281	0:38:38.293
4	ΣΑΡΡΗΓΕΩΡΓΙΔΗΣ	ΚΩΝ/ΝΟΣ	M	M46	225	0:41:45.983
5	ΜΠΑΝΤΟΥΒΑΝΗΣ	ΠΑΝΟΣ	M	M58	200	0:45:13.687
6	ΓΟΝΙΔΗ	ΧΡΙΣΤΙΝΑ	W	W26	347	0:46:44.793
7	ΔΕΛΙΑΛΗ	ΝΕΛΛΥ	W	W26	294	0:49:18.790
8	ΠΑΓΚΡΑΤΗΣ	ΠΡΟΚΟΠΗΣ (ΑΚΙ	M	M44	172	0:52:20.687
9	ΚΩΝΣΤΑΝΤΕΛΛΟΣ	ΒΑΣΙΛΗΣ	M	M45	150	0:53:10.887
10	TORREGROSA	ANDREU	M	M39	129	0:53:34.843
11	ΠΑΠΟΥΡΤΖΗΣ	ΝΗΦΩΝ	M	M44	107	0:54:50.417
12	ΟΡΤΑΚΗΣ	ΒΑΣΙΛΗΣ	M	M30	96	0:55:14.483
13	ΜΑΥΡΟΜΑΤΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M33	84	0:56:00.423
14	ΜΠΟΤΟΠΟΥΛΟΣ	ΚΩΝ/ΝΟΣ	M	M	74	0:56:10.917
15	ΠΑΧΟΣ	ΜΑΡΚΟΣ	M	M41	63	0:56:17.040
16	ΓΙΑΝΝΟΥΛΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M45	53	1:00:45.453
17	ΤΣΙΡΚΑΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M48	47	1:01:36.747
18	ΜΠΑΣΕΑΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M42	42	1:03:56.637
19	ΚΩΝΣΤΑΝΤΑΡΑΣ	ΔΙΟΝΥΣΗΣ	M	M27	37	1:03:59.153
20	ΜΑΝΩΛΑΚΗΣ	ΝΙΚ.	M	M42	26	1:04:04.840
21	ΡΙΖΟΣ	ΗΛΙΑΣ	M	M58	26	1:04:17.637
22	ΖΑΝΝΙΚΟΥ	ΣΤΑΜΑΤΟΥΛΑ	W	W52	226	1:07:39.000
23	ΠΑΠΑΒΑΣΙΛΕΙΟΥ	ΜΥΡΤΩ	W	W	206	1:07:39.000
24	ΙΑΤΡΙΔΗΣ	ΜΑΚΗΣ	M	M57	26	1:10:28.747
25	ΣΑΡΡΗ	ΝΙΟΒΗ	W	W39	183	1:10:57.837
26	ΚΕΡΑΜΙΔΑΣ	ΑΛΚΙΒΙΑΔΗΣ	M	M43	26	1:11:01.787
27	ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΙΔΗΣ	ΠΑΥΛΟΣ	M	M	26	1:12:36.603
28	ΔΟΥΝΙΑΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M46	26	1:14:01.590
29	ΜΠΑΚΑΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	M	M	26	1:17:18.027
30	ΛΟΥΡΑΝΤΟΣ	ΞΕΝΟΦΩΝ	M	M66	26	1:18:53.187
31	ΘΕΟΔΩΡΗΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	M34	26	1:20:28.447
32	ΔΑΖΕΤΑΣ	ΗΛΙΑΣ	M	M34	26	1:21:05.220
33	ΜΙΧΟΥ	ΕΛΙΣΣΑΒΕΤ	W	W48	150	1:23:06.167
34	ΓΟΓΟΛΑΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M47	26	1:33:09.373
35	ΜΑΤΘΑΙΟΥ	ΑΝΤΩΝΙΑ	W	W50	120	1:33:27.527

3 Km Sunday M-W | 1,2 Km M-W

	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	3 ΒΑΘΜΟΙ 3k ΣΙΦΝΟΣ (11-7-20) για ΓΚΡΑΝ	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΑΘΑΝΑΣΟΥΛΑΚΗΣ	ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ	M	M17	328	0:42:21.897
3	ΣΟΥΒΑΤΖΟΓΛΟΥ	ΓΡΗΓΟΡΗΣ	M	M32	278	0:42:35.020
4	ΣΑΡΡΗΓΕΩΡΓΙΔΗΣ	ΚΩΝ/ΝΟΣ	M	M46	223	0:47:02.007
5	ΓΟΝΙΔΗ	ΧΡΙΣΤΙΝΑ	W	W26	324	0:52:16.790
6	ΔΕΛΙΑΛΗ	ΝΕΛΛΥ	W	W26	274	0:52:43.367
7	ΜΠΑΝΤΟΥΒΑΝΗΣ	ΠΑΝΟΣ	M	M58	196	0:54:57.257
8	ΜΑΥΡΟΜΑΤΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M33	175	0:55:12.333
9	ΠΑΓΚΡΑΤΗΣ	ΠΡΟΚΟΠΗΣ (ΑΚΗΣ	M	M	153	0:57:51.370
10	ΜΠΟΤΟΠΟΥΛΟΣ	ΚΩΝ/ΝΟΣ	M	M	128	1:02:26.113
11	ΟΡΤΑΚΗΣ	ΒΑΣΙΛΗΣ	M	M30	108	1:02:26.773
12	M	M	M	M	98	1:02:28.630
13	ΠΑΠΑΣΤΑΜΑΤΙΟΥ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M	81	1:09:30.930
14	ΠΑΝΤΕΛΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	M	M	70	1:10:34.363
15	ΠΑΠΑΒΑΣΙΛΕΙΟΥ	ΜΥΡΤΩ	W	W	200	1:16:08.290
16	ΚΟΥΤΣΟΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M	60	1:17:21.893
17	ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M	50	1:18:57.817

3 Km M-W | 3 Km Sunday M-W | 1,2 Km M-W

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/3.cea3ce99cea6ce9dce9fcea3-3-12-3-ce9am-12-7-2020.xlsx

4.ΑΝΔΡΟΣ experience 3,6-5,2 Km 11-7-2020

	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	4 ΒΑΘΜΟΙ 3,6k ΑΝΔΡΟΣ experience (11-7-20) για ΓΚΡΑΝ	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	MW-39	330	00:52:28.837
3	ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	MW40+	276	00:56:52.590
4	ΑΛΕΞΙΟΥ	EDDY	M	MW40+	212	01:10:17.510
5	ΛΥΜΕΡΟΠΟΥΛΟΥ	ΓΚΡΕΤΑ	W	WW40+	338	01:12:30.756
6	ΜΙΧΑΛΟΠΟΥΛΟΣ	ΣΤΕΛΙΟΣ	M	MW40+	186	01:16:30.944
7	ΣΑΚΚΑΣ	ΗΛΙΑΣ	M	MW40+	164	01:18:06.704
8	ΣΙΔΗΡΟΠΟΥΛΟΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	M	MW40+	140	01:22:09.397
9	ΕΡΓΑ	ΖΗΝΟΒΙΑ	W	WW-39	274	01:26:51.295
10	ΣΑΜΑΡΟΠΟΥΛΟΥ	ΑΛΙΚΗ	W	WW40+	213	01:37:28.532
11	ΚΩΛΕΤΤΗ	ΣΤΕΛΛΑ	W	WW40+	180	01:50:18.370

3,6 Km MW-WW | 5,2 Km M-W-MW | 5,2 Km MW | 3,6 Km M-W

	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	4 ΒΑΘΜΟΙ 5,2k ΑΝΔΡΟΣ experience (11-7-20) για ΓΚΡΑΝ	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΠΑΝΕΤΗΣ	ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ	M	M30-39	356	01:07:50.311
3	ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ	ΑΡΗΣ	M	M50-59	302	01:09:17.412
4	ΚΑΡΥΔΗΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	M	M30-39	244	01:14:39.505
5	ΒΑΜΒΑΚΙΔΗΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	M	M40-49	222	01:15:51.624
6	ΤΖΑΝΑΒΑΡΑΣ	ΧΑΡΡΙΣΗΣ	M	M40-49	200	01:16:50.624
7	ΞΕΝΟΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	M	M30-39	175	01:20:43.707
8	ΒΑΡΒΑΡΕΣΟΣ	ΤΗΛΕΜΑΧΟΣ	M	M40-49	148	01:26:44.581
9	ΣΤΑΜΑΤΙΑΔΗΣ	ΑΝΤΩΝΗΣ	M	M20-29	114	01:39:15.294
10	ΕΥΓΕΝΙΑΔΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M30-39	98	01:45:54.495
11	ΜΑΥΡΙΔΟΥ	ΒΑΣΙΛΙΚΗ	W	W40-49	324	01:47:46.063
12	ΤΣΙΡΓΙΑΝΝΗΣ	ΜΙΧΑΛΗΣ	M	M40-49	84	01:48:31.219
13	ΠΕΦΑΝΗΣ	ΓΕΡΑΣΙΜΟΣ	M	M60-69	74	01:48:50.960
14	ΠΕΤΡΑΚΟΣ	ΠΕΤΡΟΣ	M	M60-69	63	01:49:52.773
15	ΦΡΑΓΓΕΛΑΚΗ	ΕΛΕΝΗ	W	W50-59	265	01:54:03.194
16	ΠΑΝΟΥΤΣΑΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	M	M40-49	53	01:54:26.160
17	ΜΠΑΡΟΥΣ	ΑΝΤΩΝΙΟΣ	M	M50-59	47	01:55:17.633
18	ΜΑΝΤΖΟΥΡΑΝΗ	ΕΡΗ	W	W50-59	210	01:56:29.742
19	ΒΑΜΒΑΚΙΔΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	MW40+	315	01:19:02.951

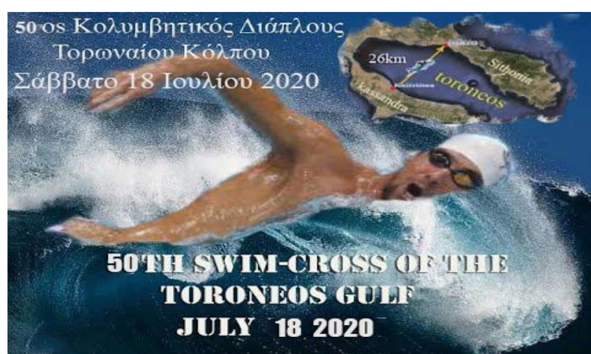
5,2 Km M-W-MW | 5,2 Km MW | 3,6 Km M-W | 3,6 Km M

	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	4 ΒΑΘΜΟΙ 3,6k ΑΝΔΡΟΣ experience (11-7-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΚΟΥΡΛΙΟΥΡΟΣ	ΝΙΚΟΣ	M	M30-39	325	00:50:33.658
3	ΑΡΓΥΡΗΣ	ΜΙΧΑΛΗΣ	M	M50-59	271	00:54:15.407
4	ΠΑΠΑΪΩΑΝΝΟΥ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M30-39	219	00:56:17.572
5	ΠΑΠΑΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΣ	ΠΕΤΡΟΣ	M	M30-39	196	00:59:34.219
6	ΚΟΡΚΟΝΔΕΙΛΑΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	M	M40-49	173	01:02:33.865
7	ΤΡΙΒΥΖΑΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M40-49	153	01:02:42.729
8	ΚΑΡΑΪΣΚΟΥ	ΓΕΩΡΓΙΑ	W	W20-29	334	01:02:46.040
9	ΚΟΥΡΙΕΡΗΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M30-39	133	01:02:48.326
10	ΜΑΚΡΙΔΑΚΗ	ΔΑΝΑΗ ΕΛΙΝΑ	W	W30-39	280	01:06:06.302
11	ΚΑΜΑΡΗΣ	ΝΙΚΗΤΑΣ	M	M40-49	107	01:08:57.748
12	ΜΠΙΚΩΦ	ΜΑΝΙΑ	W	W40-49	227	01:09:10.758
13	ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΥ	ΣΤΕΛΛΑ	W	W40-49	205	01:11:08.707
14	ΓΕΩΡΓΙΑΔΟΥ	ΜΥΡΤΩ	W	W30-39	185	01:11:18.010
15	ΠΑΠΑΖΟΓΛΟΥ	ΦΩΤΗΣ	M	M50-59	93	01:12:18.608
16	ΠΟΛΑΚΗΣ	ΣΠΥΡΙΔΩΝ	M	M50-59	83	01:12:56.607
17	ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M40-49	70	01:15:39.086
18	ΜΑΥΡΟΓΕΩΡΓΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M40-49	60	01:16:24.665
19	ΣΚΟΥΝΤΖΟΥ	ΓΕΩΡΓΙΑ	W	W50-59	160	01:16:42.861
20	ΝΟΤΑΡΑΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	M70-79	50	01:18:50.930
21	ΚΟΛΛΙΑΣ	ΘΕΟΦΑΝΗΣ	M	M30-39	45	01:19:14.801
22	ΡΟΥΓΚΟΥ	ΠΕΓΚΥ	W	W30-39	134	01:22:16.439
23	ΡΑΦΑΗΛ	ΖΑΚ	M	M40-49	40	01:23:15.685
24	ΑΒΡΑΑΜ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M50-59	35	01:25:00.237
25	ΓΕΩΡΜΠΑΚΑΛΗ	ΑΝΔΡΟΜΑΧΗ	W	W40-49	110	01:26:14.212
26	ΤΣΑΓΚΑΡΗΣ	ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΗΣ	M	M40-49	25	01:26:54.851
27	ΣΙΔΕΡΑ	ΜΑΡΙΑ	W	W30-39	99	01:27:30.440
28	ΚΟΤΣΙΚΗΣ	ΠΕΤΡΟΣ	M	M40-49	25	01:28:59.999
29	ΛΑΖΑΡΟΥ	ΑΝΤΙΓΟΝΗ	W	W20-29	85	01:31:09.349
30	ΑΓΓΕΛΙΔΑΚΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M50-59	25	01:36:11.795
31	ΜΑΡΚΑΝΤΩΝΑΚΗ	ΗΡΩ	W	W40-49	70	01:36:27.832
32	ΧΟΤΖΟΓΛΟΥ	ΑΓΓΕΛΙΚΗ	W	W50-59	60	01:46:51.264

3,6 Km M-W | 3,6 Km MW-WW | 5,2 I

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/4.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-ce91ce9dce94cea1ce9fcea3-52-36-ce9am-2020.xlsx

5.ΤΟΡΩΝΑΙΟΣ 26 Km 18-7-2020





	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	5 ΒΑΘΜΟΙ 26k ΤΟΡΩΝΑΙΟΣ (18-7-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΡΟΖΟΥ	ΑΝΘΗ	W	W	435	
3	ΒΟΥΛΓΑΡΑΚΗΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M	435	

26 Km M-W 18-7-2020

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/5.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-cea4ce9fcea1cea9ce9dce91ce99ce9fcea3-26-ce9am-18-7-2020.xlsx

6.ΩΡΕΟΙ ΕΥΒΟΙΑΣ 2 Km 26-7-2020



	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	6 ΒΑΘΜΟΙ 2k ΩΡΕΟΙ ΕΥΒΟΙΑΣ (26-7-20)	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΣΑΡΗΓΕΩΡΓΙΔΗΣ	Ι.	M	M	323	28:55:00
3	ΛΑΪΟΣ	ΘΕΟΔΩΡΟΣ	M	M	271	28:58:00
4	ΜΠΑΝΤΟΥΒΑΝΗΣ	ΠΑΝ.	M	M	215	31:00:00
5	ΔΑΒΕΡΩΝΑΣ	ΚΩΝ/ΝΟΣ	M	M	193	32:27:00
6	ΓΚΑΝΟΓΙΑΝΝΗΣ	ΚΩΝ.	M	M	172	32:27:50
7	ΤΡΙΒΥΖΑΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M	151	32:37:00
8	ΘΕΟΔΩΡΟΥ	ΤΑΞ.	M	M	129	33:26:00
9	ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M	106	35:35:00
10	ΚΑΜΑΡΗΣ	ΝΙΚΗΤΑΣ	M	M	95	36:04:00
11	ΧΑΡΛΑΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M	84	36:07:00
12	ΠΑΠΑΒΑΣΙΛΕΙΟΥ	ΧΡ.	M	M	74	36:46:00
13	ΓΑΛΑΝΑΚΗΣ	ΝΙΚ.	M	M	63	37:22:00
14	ΤΣΩΝΟΣ	ΑΝΤΩΝΙΟΣ	M	M	53	37:50:00
15	ΘΕΟΔΩΡΟΥ	ΑΛΕΞ.	M	M	47	38:00:00
16	ΚΑΛΕΓΟΡΟΠΟΥΛΟΥ	ΜΑΡΙΑ	W	W	318	38:05:00
17	ΣΤΕΡΓΙΟΥ	ΣΩΤ.	M	M	42	38:54:00
18	ΑΛΕΞΙΔΗ	ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ	W	W	266	40:44:00
19	ΓΚΑΝΟΓΙΑΝΝΗ	ΑΡΕΤΗ	W	W	215	41:03:00
20	ΠΟΛΑΚΗΣ	ΣΠΥΡΙΔΩΝ	M	M	37	41:25:00
21	ΠΑΝΟΥΣΗ	ΣΟΦΙΑ	W	W	195	41:28:00
22	ΟΙΚΟΝΟΜΟΠΟΥΛΟΥ	ΣΟΦΙΑ	W	W	175	41:34:00
23	ΜΑΥΡΟΓΕΩΡΓΗΣ	ΚΩΝ.	M	M	26	42:05:00
24	ΓΕΡΑΛΗ-ΡΟΥΣΣΟΥ	ΕΛΕΝΗ	W	W	154	42:08:00
25	ΡΟΒΙΘΗΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M	26	42:45:00

2 Km M-W

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/6.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-cea9cea1ce95ce9fce99-ce95cea5ce92ce9fce99ce91cea3-2-km-26-7-2020.xlsx

7.ΑΜΒΡΑΚΙΚΟΣ 11 Km 26-7-2020



LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	7 ΒΑΘΜΟΙ 11k ΑΜΒΡΑΚΙΚΟΣ (26-7-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ	ΧΡΟΝΟΣ
ΛΕΤΣΟΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M44	434	2:58:48.334
ΣΤΟΓΙΑΝΝΙΔΟΥ	ΚΛΕΟΠΑΤΡΑ	W	W49	345	3:05:07.304
ΖΛΑΤΚΟΣ	ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	M	M52	325	3:50:10.357
ΚΑΡΑΜΟΥΤΣΟΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M50	263	3:54:29.627
ΒΛΑΧΑΚΗΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	M	M48	207	4:27:36.954
ΡΟΡΡΟΥ	ΑΘΑΝΑΣΙΑ	W	W21	0	DNF

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/7.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-ce91ce9cce92cea1ce91ce9ace99ce9ace9fcea3-11-ce9am-26-7-2020.xlsx

8.στενό ΖΑΚΥΝΘΟΥ 18,5 Km 27-7-2020



LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	8 ΒΑΘΜΟΙ 18,5k στενό ΖΑΚΥΝΘΟΥ (27-7-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
ΛΑΦΑΖΑΝΟΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	M	390	15 ώρες 05 min
ΛΑΦΑΖΑΝΟΣ	ΙΑΣΟΝΑΣ	M	M	0	DNF

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/8.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-cf83cf84ceb5cebdcf8c-ce96ce91ce9acea5ce9dce98ce9fcea5-185-ce9am-27-7-2020.xlsx

9.Λίμνη ΠΛΑΣΤΗΡΑ 8-4-1 Km 2-8-2020



Έτσι περνάμε εμείς στους αγώνες !



	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	9 ΒΑΘΜΟΙ 8k Λίμνη ΠΛΑΣΤΗΡΑ (2-8-20) για	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΤΕΚΙΔΗΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	M	M	387	1:32:28
3	ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΙΔΗ	ΜΑΡΙΝΑ	W	W	400	1:43:40
4	ΚΟΥΡΛΙΟΥΡΟΣ	ΝΙΚΟΣ	M	M	317	1:44:35
5	ΖΑΡΚΑΔΟΥΛΑ	ΑΡΤΕΜΙΣ	W	W	342	1:46:50
6	ΣΕΛΗΝΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M	241	1:51:50
7	ΔΑΝΙΗΛ	ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΟΣ	M	M	241	1:51:50
8	ΙΓΓΛΕΖΟΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M	201	1:54:30
9	ΜΠΑΝΤΟΥΒΑΝΗΣ	ΠΑΝΟΣ	M	M	176	1:58:00
10	ΣΤΟΓΙΑΝΝΙΔΟΥ	ΚΛΕΟΠΑΤΡΑ	W	W	275	1:58:00
11	ΚΑΡΥΔΗΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	M	M	143	2:08:10
12	ΚΟΡΤΕΣΗΣ	ΜΑΝΩΛΗΣ	M	M	119	2:09:30
13	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ	ΙΟΡΔΑΝΗΣ	M	M	105	2:11:25
14	ΖΑΜΠΕΤΟΓΛΟΥ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M	92	2:12:10
15	ΠΑΓΚΡΑΤΗΣ	ΠΡΟΚΟΠΗΣ	M	M	81	2:12:20
16	ΚΑΡΑΜΠΑΣ	ΑΡΗΣ	M	M	69	2:19:50
17	ΠΗΓΟΥΝΑΚΗΣ	ΜΑΝΩΛΗΣ	M	M	58	2:23:00
18	ΠΑΠΟΥΡΤΖΗΣ	ΝΗΦΩΝ	M	M	52	2:26:10
19	ΚΟΝΤΟΓΙΑΝΝΗΣ	ΗΛΙΑΣ	M	M	46	2:30:20
20	ΓΕΩΡΓΑΚΑΚΟΣ	ΣΩΤΗΡΗΣ	M	M	40	2:32:40
21	ΤΟΠΑΛΗΣ	ΚΩΣΤΑΣ	M	M	29	2:35:40
22	ΛΕΟΠΟΥΛΟΣ	ΣΤΕΡΓΙΟΣ	M	M	29	2:35:40
23	ΜΑΘΑΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M	29	2:40:20
24	ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΟΠΟΥΛΟ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M	29	2:42:30
25	ΜΑΤΡΑΚΗΣ	ΘΩΜΑΣ	M	M	29	2:42:50
26	ΕΥΓΕΝΙΑΔΗΣ	ΚΩΣΤΑΣ	M	M	29	2:44:50
27	ΠΑΝΟΥΣΗ	ΣΟΦΙΑ	W	W	203	2:48:50
28	ΑΡΓΥΡΟΠΟΥΛΟΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M	29	2:53:20
29	ΜΑΥΡΙΔΟΥ	ΒΑΣΙΛΙΚΗ	W	W	176	2:53:55
30	ΠΛΙΑΤΣΙΚΑΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M	29	2:56:00
31	ΜΑΛΙΓΚΟΥΔΗΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	M	M	29	2:57:30

8 Km M-W | 1 Km M-W | 4 Km M-W

	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	9 ΒΑΘΜΟΙ 4k Λίμνη ΠΛΑΣΤΗΡΑ (2-8-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΚΥΡΙΑΖΟΠΟΥΛΟΣ	ΝΙΚΟΣ	M	M	363	0:50:00
3	ΣΑΡΡΗΓΕΩΡΓΙΔΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M	301	0:54:50
4	ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M	241	0:56:20
5	ΚΑΛΟΓΕΡΟΠΟΥΛΟΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M	217	0:57:40
6	ΘΕΟΦΑΝΟΥΣ	ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΣ	M	M	193	0:58:10
7	ΠΑΝΤΕΛΙΑΔΗΣ	ΑΓΓΕΛΟΣ	M	M	169	0:59:35
8	ΧΑΡΜΠΑ	ΧΡΙΣΤΙΝΑ	W	W	353	0:59:40
9	ΑΝΑΜΟΥΡΓΛΟΥ	ΒΑΣΙΛΗΣ	M	M	144	1:01:00
10	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M	120	1:02:00
11	ΠΟΛΥΖΟΥ	ΣΟΦΙΑ	W	W	293	1:04:10
12	ΣΟΥΓΓΑΡΗΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M	106	1:04:50
13	ΑΡΣΕΝΗ	ΚΙΚΗ	W	W	237	1:05:00
14	ΑΓΓΕΛΕΤΟΥ	ΝΙΚΟΛΕΤΑ	W	W	214	1:05:10
15	ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M	92	1:06:40
16	ΜΑΚΟΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M	81	1:06:50
17	ΓΙΟΥΖΕΠΑΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M	69	1:07:10
18	ΔΗΜΗΤΡΙΑΔΟΥ	ΜΥΡΣΙΝΗ	W	W	190	1:07:40
19	ΘΕΟΔΩΡΑΤΟΣ	ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΣ	M	M	58	1:08:40
20	PURNELLE	PASCALE	W	W	165	1:10:00
21	ΠΑΡΘΕΝΗΣ	ΠΕΤΡΟΣ	M	M	52	1:10:10
22	ΠΟΝΤΙΔΑΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	M	M	46	1:30:00
23	ΠΟΠΟΤΗΣ	ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ	M	M	40	1:12:10
24	ΠΕΤΡΙΔΗΣ	ΛΕΩΝΙΔΑΣ	M	M	29	1:12:10
25	ΣΟΥΛΙΑ	ΒΙΚΥ	W	W	144	1:12:30
26	ΧΡΗΣΤΟΥ	ΑΝΤΩΝΗΣ	M	M	29	1:12:45
27	ΤΣΟΥΜΑΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	M	M	29	1:13:10
28	ΝΤΑΛΛΑ	ANNETTE	W	W	118	1:13:15
29	ΑΓΓΟΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	M	M	29	1:13:15
30	ΣΕΛΗΝΗΣ	ΑΓΓΕΛΟΣ	M	M	29	1:13:45
31	ΚΟΥΤΣΟΓΙΑΝΝΗΣ	ΗΛΙΑΣ	M	M	29	1:13:45
32	ΓΕΡΜΕΝΙΤΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	M	M	29	1:15:30
33	ΜΠΑΒΑΣ	ΜΙΛΤΙΑΔΗΣ	M	M	29	1:16:10
34	ΤΣΙΡΚΑΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	M	29	1:16:20
35	ΚΑΖΑΚΙΔΗΣ	ΠΟΛΥΧΡΟΝΗΣ	M	M	29	1:17:30

4 Km M-W | 8 Km M-W | 1 Km M-W

	A	B	C	D	E	F
1	LA ST NAME	FIR ST NAME	GE ND ER	CAT	9 ΒΑΘΜΟΙ 1k Λίμνη ΠΛΑΣΤΗΡΑ (2-8-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΚΥΡΙΑΖΟΠΟΥΛΟΣ	ΝΙΚΟΣ	M	M	311	0:15:12
3	ΔΑΡΖΕΝΤΑΣ	ΑΡΤΕΜΙΟΣ	M	M	259	0:17:32
4	ΤΡΙΒΥΖΑΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M	209	0:18:50
5	ΠΟΛΙΤΗΣ	ΣΟΦΟΚΛΗΣ	M	M	189	0:18:53
6	ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M	168	0:19:21
7	ΣΚΡΕΤΑ	ΕΛΙΣΑΒΕΤ	W	W	295	0:19:40
8	ΝΙΚΟΛΑΟΥ	ΛΙΛΑ	W	W	247	0:20:12
9	ΜΠΛΕΤΣΑ	ΑΝΔΡΟΜΑΧΗ	W	W	197	0:22:46
10	ΤΣΟΥΜΑ	ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ	W	W	177	0:23:03
11	ΑΛΕΞΑΝΔΡΑΚΗΣ	ΖΑΧΑΡΙΑΣ	M	M	144	0:23:10
12	ΓΕΡΑΛΗ-ΡΟΥΣΣΟΥ	ΕΛΕΝΗ	W	W	158	0:23:30
13	ΑΡΓΥΡΑΚΟΣ	ΑΝΤΩΝΗΣ	M	M	123	0:24:01
14	ΜΑΝΦΡΕΔΗ	ΚΑΤΙΑ	W	W	138	0:24:03
15	ΑΝΔΡΕΑΔΟΥ	ΜΕΛΙΝΑ	W	W	119	0:24:35
16	ΝΑΣΤΟΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M	102	0:25:25
17	ΜΠΕΤΖΟΥΝΗ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ	W	W	98	0:26:30
18	ΠΑΠΠΑΣ	ΠΕΤΡΟΣ	M	M	91	0:26:34
19	ΝΟΤΑΡΑΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	M	81	0:26:50
20	ΚΟΖΟΜΠΟΛΗΣ	ΗΛΙΑΣ	M	M	70	0:27:00
21	ΝΟΜΙΚΟΣ	ΡΟΥΣΣΟΣ	M	M	60	0:27:00
22	ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΥ	ΑΡΕΤΗ	W	W	88	0:27:10
23	ΜΠΟΤΑΪΤΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M	50	0:27:37
24	ΜΑΚΡΥΓΙΑΝΝΗΣ	ΟΔΥΣΣΕΑΣ	M	M	45	0:27:37
25	ΡΑΓΚΟΥΣΗ	ΙΩΑΝΝΑ	W	W	77	0:28:18
26	ΤΣΙΡΠΑΝΛΗ	ΚΑΛΛΙΟΠΗ	W	W	67	0:29:13
27	ΧΑΡΜΠΑΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M	40	0:31:00
28	ΑΒΡΑΑΜ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M	35	0:31:07
29	ΠΛΑΚΙΑΣ	ΣΠΥΡΟΣ	M	M	25	0:31:08
30	ΣΙΔΗΡΟΠΟΥΛΟΥ	ΧΡΙΣΤΙΝΑ	W	W	57	0:31:30
31	ΠΑΠΑΕΥΣΤΑΘΙΟΥ	ΑΝΝΑ	W	W	48	0:31:30
32	ΘΩΜΟΣ	ΝΙΚΟΣ	M	M	25	0:32:38
33	ΝΑΤΣΗ - ΤΖΗΚΑ	ΤΖΙΝΑ	W	W	43	0:32:50

1 Km M-W | 4 Km M-W

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/9.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-cebbceafcebccebdceb7-cea0ce9bce91cea3cea4ce97cea1ce91-8-4-1-ce9am.xlsx

10.ΟΙΝΟΥΣΣΕΣ-ν. Παναγιά 7,7 Km 18-8-2020





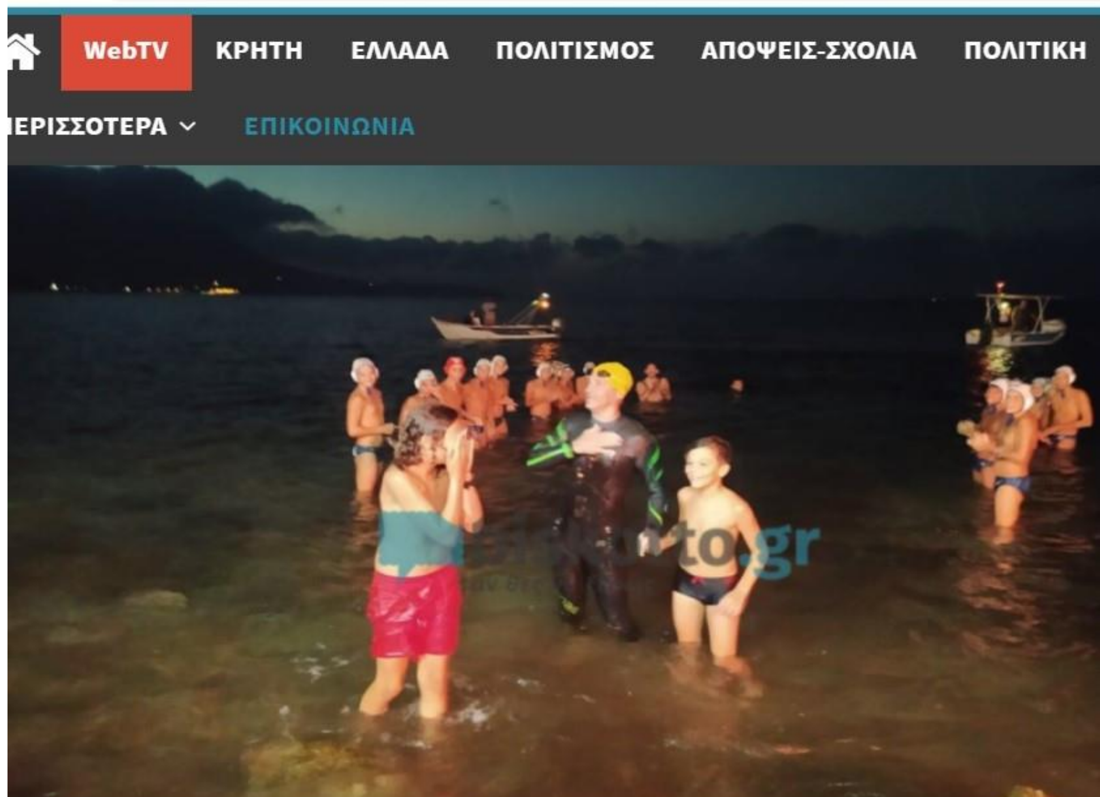
	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GEN DER	CAT	10 ΒΑΘΜΟΙ 7,7k ΟΙΝΟΥΣΣΕΣ-ν. Παναγιά (8-8-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΛΙΑΡΟΥ ΜΠΑΡΜΠΑΡΗ	ΜΑΙΡΗ	W	W	330	2 ώρες 36 min

7,7 Km W

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/10.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-ce9fce99ce9dce9fcea5cea3cea3ce95cea3-77-km-2020.xlsx

11. ΜΠΑΛΛΟΣ ΚΙΣΣΑΜΟΣ 25 Km 19-8-2020





	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	11 ΒΑΘΜΟΙ 25k ΜΠΑΛΛΟΣ ΚΙΣΣΑΜΟΣ (19-8-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΒΑΡΟΥΧΑΚΗΣ	ΚΩΣΤΗΣ	M	MW45	435	9 ώρες

25 Km MW

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/11.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-ce9ccea0ce91ce9bce9bce9fcea3-ce9ace99cea3cea3ce91ce9cce9fcea3-cea7ce91ce9dce99cea9ce9d-25-ce9am-19-8-2020.xlsx

12.Λίμνη Εύβοιας 1-2,5 Km 22-8-2020





	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	12 ΒΑΘΜΟΙ 2,5k Λίμνη Εύβοιας (22-8-20) για ΓΚΡΑΝ	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΓΚΟΤΖΙΑΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	M	M	327	36:04.00
3	ΧΑΜΑΛΙΔΗ	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ	W	W	320	37:46.00
4	ΚΟΥΡΛΙΟΥΡΟΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	M	M	275	38:02.00
5	ΧΑΡΟΚΟΠΟΥ	ΣΤΥΛΙΑΝΗ	W	W	269	38:03.00
6	ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ	ΑΡΗΣ	M	M	225	38:11.00
7	ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M	205	38:56.00
8	ΜΑΝΟΥΣΑΚΗ	ΜΥΡΤΩ	W	W	218	39:00.00
9	ΠΑΣΤΡΑΣ	ΣΩΤΗΡΙΟΣ	M	M	182	41:05.00
10	ΑΓΓΕΛΕΤΟΥ	ΝΙΚΟΛΕΤΑ	W	W	193	44:55.00
11	ΤΡΙΒΥΖΑΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M	158	45:06.00
12	ΓΚΑΝΟΓΙΑΝΝΗΣ	ΚΩΝ/ΝΟΣ	M	M	136	47:21.00
13	ΣΤΕΡΓΙΟΥ	ΣΩΤΗΡΙΟΣ	M	M	112	51:28.00
14	ΤΣΩΝΟΣ	ΑΝΤΩΝΙΟΣ	M	M	99	54:35.00
15	ΚΟΤΖΑΜΑΝΗ	ΑΘΑΝΑΣΙΑ	W	W	162	55:29.00
16	ΓΕΡΑΛΗ ΡΟΥΣΣΟΥ	ΕΛΕΝΗ	W	W	140	57:59.00
17	ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M	82	1.01:53
18	ΤΣΑΜΟΥΡΑΣ	ΕΥΣΤΑΘΙΟΣ	M	M	70	1.03:26
19	ΝΟΜΙΚΟΣ	ΡΟΥΣΣΟΣ	M	M	60	1.09:34
20	ΓΚΟΥΜΑΣ	ΑΓΓΕΛΟΣ	M	M	50	1.10:59
21	ΝΕΟΚΟΣΜΙΔΗΣ	ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ	M	M	45	1.13:18

2,5 Km M-W | 1 Km M-W

	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	12 ΒΑΘΜΟΙ 2,5k Λίμνη Εύβοιας (22-8-20) για ΓΚΡΑΝ	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΚΟΜΙΝΗΣ ΑΛΤΑΝΗΣ	ΟΔΥΣΣΕΑΣ	M	M15-17	297	14:09.00
3	ΓΕΩΡΓΑΝΤΟΠΟΥΛΟΣ	ΚΩΝ/ΝΟΣ	M	M15-17	250	14:35.00
4	ΓΛΩΣΣΙΩΤΗ	ΚΩΝ/ΝΑ	W	W15-17	288	16:37.00
5	ΓΚΑΝΟΓΙΑΝΝΗ	ΑΡΕΤΗ	W	W15-17	240	17:13.00
6	ΣΤΡΟΥΜΠΑΚΟΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΧΡΗΣ	M	M15-17	199	17:22.00
7	ΠΑΠΑΝΤΩΝΙΟΥ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	M	M15-17	180	17:52.00
8	ΠΑΠΑΣΤΑΘΗΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	M	M15-17	160	18:46.00
9	ΚΟΥΤΣΟΝΑΜΕΝΤΟΥ	ΑΡΤΕΜΙΣ	W	W15-17	190	19:21.00
10	ΠΑΠΑΣΤΑΘΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	M	M15-17	140	19:43.00
11	ΔΟΥΚΟΥΡΗΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	M	M15-17	120	20:55.00
12	ΙΩΑΝΝΟΥ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M15-17	100	21:57.00
13	ΙΩΑΝΝΟΥ	ΔΑΥΪΔ	M	M15-17	86	26:35.00

1 Km M-W | 2,5 Km M-W

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/12.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-ce9bce99ce9cce9dce97-ce95cea5ce92ce9fce99ce91cea3-1-25-km-2020.xlsx

13. ΠΑΞΟΙ ΑΝΤΙΠΑΞΟΙ 6 Km 30-8-2020



	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	13 ΒΑΘΜΟΙ 6k ΠΑΞΟΙ ΑΝΤΙΠΑΞΟΙ (30-8-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	M	DAVID	M	M	355	1:40
3	ΣΤΑΥΡΟΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	M	296	1:47
4	W	KATIE	W	W	345	1:50
5	W	RAFAEL	M	M	210	?
6	ΖΕΡΝΟΥ	ΚΑΤΕΡΙΝΑ	W	W	263	?
7	BONI	FAUSTO	M	M	189	?
8	ΚΑΒΒΑΔΑΣ	ΣΠΥΡΟΣ	M	M	168	2:20

6 Km M-W

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/13.-ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-cea0ce91ce9ece9fce99-ce91ce9dcea4ce99cea0ce91ce9ece9fce99-6-km-30-8-2020.xlsx

14.ΚΑΛΑΜΑΤΑ 30 Km 5-9-2020



	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GEN DER	CAT	14 ΒΑΘΜΟΙ 30k ΚΑΛΑΜΑΤΑ (5-9-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΓΟΝΙΔΗ	ΧΡΙΣΤΙΝΑ	W	W	470	9:38
3	Demoustier	Laura	W	W	388	9:43
4	Μαυρομάτης	Δημήτρης	M	M	465	11:00

30 Km M-W

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/14.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-30-km-2020.xlsx

15. Αυθεντικός ΣΚΥΛΛΙΑΣ ΥΔΝΑ Πευκί Β.ΕΥΒΟΙΑ 10-3-1 Km 5,6-9-2020





	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	15 ΒΑΘΜΟΙ 10k Αυθεντικός Πευκί Β.ΕΥΒΟΙΑ (5,6-9-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	STOYCHEV	PETAR	M	M	478	2:40:15
3	ΣΑΡΡΗΓΕΩΡΓΙΔΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M	412	2:46:49
4	ΚΟΥΒΕΛΗ	ΒΙΚΥ	W	W	445	2:48:22
5	ΣΗΜΑΝΤΗΡΑΣ	ΝΙΚΟΣ	M	M	339	2:59:14
6	ΜΠΑΝΤΟΥΒΑΝΗΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	M	M	313	3:00:43
7	ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ	ΑΡΗΣ	M	M	287	3:02:12
8	ΝΤΟΚΟΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M	259	3:06:59
9	ΗΛΙΑΔΗΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M	228	3:13:30
10	ΘΕΟΔΩΡΟΥ	ΤΑΞΙΑΡΧΗΣ	M	M	174	3:43:18
11	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ	ΙΟΡΔΑΝΗΣ	M	M	141	4:04:46
12	ΚΑΤΣΙΚΑΡΗ	ΜΑΡΙΑ	W	W	308	4:08:11
13	ΚΑΡΑΜΠΑΣ	ΑΡΗΣ	M	M	123	4:10:29
14	ΝΤΕΛΛΑ	ΚΑΤΕΡΙΝΑ	W	W	235	4:23:41
15	ΨΙΛΟΛΙΓΝΟΥ	ΣΟΦΙΑ	W	W	207	4:28:55
16	ΒΕΝΕΤΣΑΝΟΠΟΥΛΟΣ	ΒΑΣΙΛΗΣ	M	M	85	4:36:47
17	ΕΥΓΕΝΕΙΑΔΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M	72	4:41:42
18	ΚΩΤΣΙΟΠΟΥΛΟΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	M67	60	4:42:20
19	ΑΝΔΡΙΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M	54	4:43:54
20	ΖΟΥΛΟΥΜΗΣ	ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	M	M	48	4:59:34
21	ΣΤΕΡΓΙΟΥ	ΣΩΤΗΡΗΣ	M	M	42	5:01:24
22	ΚΟΥΤΡΑΣ	ΑΓΓΕΛΟΣ	M	M	30	5:11:58
23	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ	ΠΑΝΟΣ	M	M	30	5:12:24
24	ΜΙΚΡΟΒΑΣ	ΑΝΤΩΝΙΟΣ	M	M	0	DNF
25	ΜΙΧΑΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	M	M	0	DNF
26	ΤΣΑΠΑΝΙΔΗΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M	0	DNF
27	ΚΟΥΜΠΟΥΛΗ	ΑΝΝΑ	W	W	0	DNF
28	ΞΙΦΑΡΑ	ΔΕΣΠΟΙΝΑ	W	W	0	DNF
29	ΦΡΑΓΓΕΛΑΚΗ	ΕΛΕΝΗ	W	W	0	DNF
30	ΑΝΔΡΕΑΔΑΚΗ	ΕΜΜΑΝΟΥΕΛΛΑ	W	W	0	DNF

10 Km M-W | 3 Km M-W | 3 Km MW

	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	15 ΒΑΘΜΟΙ 3k Αυθεντικός Πευκί Β.ΕΥΒΟΙΑ (5,6-9-20)	ΧΡΟΝΟΣ
2	YASU	FUKUOKA	M	MW30	300	0:41:58
3	ΝΕΓΡΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	M	M	333	0:38:19
4	ΓΚΟΤΖΙΑΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	M	M	281	0:38:55
5	ΣΚΟΤΑΔΗΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M	227	0:39:01
6	ΚΟΡΟΒΕΣΗΣ	ΠΕΤΡΟΣ	M	M	205	0:40:25
7	ΛΕΜΠΛ	ΗΛΕΚΤΡΑ-	W	W	328	0:43:48
8	ΑΠΛΑΝΤΗ	ΣΤΕΛΙΝΑ	W	W	277	0:44:43
9	ΝΤΑΛΛΑ	ΟΛΓΑ	W	W	224	0:47:31
10	ΧΑΜΑΛΙΛΗ	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ	W	W	203	0:48:57
11	ΛΥΜΠΕΡΤΑ	ΜΑΡΙΑΝΝΑ	W	W	182	0:49:22
12	ΜΠΑΝΤΟΥΒΑΝΗΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	M	M	174	0:50:01
13	ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M	151	0:52:39
14	ΓΙΑΝΝΟΥΛΗΣ	ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ	M	M	128	0:54:52
15	ΘΕΟΦΑΝΟΥΣ	ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΣ	M	M	107	0:54:54
16	ΑΓΓΕΛΕΤΟΥ	ΝΙΚΟΛΕΤΑ	W	W	155	0:56:29
17	ΚΟΡΤΕΣΗΣ	ΕΜΜΑΟΥΗΛ	M	M	95	0:56:33
18	ΚΟΜΙΝΗΣ ΑΛΤΑΝΗΣ	ΟΔΥΣΣΕΑΣ	M	M	84	0:56:37
19	ΓΚΑΝΟΓΙΑΝΝΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M	74	0:56:58
20	ΟΙΚΟΝΟΜΟΥ	ΛΕΝΑ	W	W	131	1:00:15
21	ΚΑΜΑΡΗΣ	ΝΙΚΗΤΑΣ	M	M	63	1:01:26
22	ΠΑΝΤΕΛΑ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ	W	W	114	1:02:45
23	ΘΕΟΔΩΡΟΥ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	M	M	53	1:03:22
24	ΣΑΡΑΝΤΟΠΟΥΛΟΥ	ΣΕΣΙΛΙΑ	W	W	101	1:05:06
25	ΡΟΒΙΘΗΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M	47	1:05:39
26	ΤΣΙΡΚΑΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M	42	1:05:49
27	ΤΣΟΥΜΑΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	M	M	37	1:06:08
28	ΜΠΟΤΟΠΟΥΛΟΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M	26	1:06:38
29	ΓΙΑΝΝΟΥΚΑΚΟΥ	ΧΡΙΣΥΟΦΙΛΗ	W	W	86	1:09:10
30	ΠΑΝΟΥΣΗ	ΣΟΦΙΑ	W	W	74	1:11:09
31	ΚΑΜΠΟΛΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	M	M	26	1:11:47
32	ΓΕΩΡΓΑΝΤΗ	ΕΦΗ	W	W	63	1:11:51

3 Km MW-M-W | 10 Km M-W | 3 Km M

	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	15 ΒΑΘΜΟΙ 1,5k Αυθεντικός Πευκί	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΓΕΩΡΓΑΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΑΝΔΡΕΑΣ	M	M	310	0:19:24
3	ΜΟΙΡΑΣ	ΜΑΝΟΣ	M	M	257	0:22:12
4	ΛΑΪΟΣ	ΘΟΔΩΡΗΣ	M	M	207	0:23:57
5	ΝΙΚΟΛΑΟΥ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M	186	0:24:21
6	ΤΡΙΒΙΖΑΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M	165	0:25:22
7	ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M	142	0:28:02
8	ΤΣΟΝΟΣ	ΑΝΤΩΝΗΣ	M	M	122	0:28:54
9	ΚΩΝΣΤΑΝΤΕΛΛΟΣ	ΒΑΣΙΛΗΣ	M	M	101	0:29:40
10	ΧΑΝΤΖΗΔΑΚΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M	91	0:29:58
11	ΠΑΠΑΔΑΚΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M	80	0:30:13
12	ΔΟΓΙΑ	ΔΕΣΠΟΙΝΑ	W	W	305	0:30:14
13	ΣΑΒΒΑΣ	ΘΑΝΑΣΗΣ	M	M	70	0:30:36
14	ΓΙΟΒΑΝΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M	60	0:30:41
15	ΓΚΑΝΟΓΙΑΝΝΗ	ΑΡΕΤΗ	W	W	258	0:30:53
16	ΖΑΡΑΒΕΛΑ	ΜΑΡΙΑ ΒΙΡΓΙΝΙΑ	W	W	208	0:32:09
17	ΠΑΠΑΣΤΑΘΗΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	M	M	50	0:32:33
18	ΠΑΠΑΛΑΪΟΣ	ΗΛΙΑΣ	M	M	45	0:32:39
19	ΝΟΤΑΡΑΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M	40	0:32:47
20	ΠΟΛΑΚΗΣ	ΣΠΥΡΙΔΩΝ	M	M	35	0:33:25
21	ΜΕΛΑΧΡΟΙΝΑΚΗΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	M	25	0:34:19
22	ΚΟΖΟΜΠΟΛΗΣ	ΗΛΙΑΣ	M	M	25	0:34:40
23	ΚΟΖΟΜΠΟΛΗΣ	ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛ	M	M	25	0:35:58
24	ΜΠΟΛΟΒΙΝΟΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	M	M	25	0:36:13
25	ΡΕΠΑΣ	ΣΠΥΡΙΔΩΝ	M	M	25	0:36:13
26	ΠΑΠΑΣΤΑΘΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	M	M	25	0:36:31
27	ΚΟΥΤΣΟΥΝΑΜΕΝΤΟΥ	ΑΡΤΕΜΙΣ	W	W	185	0:36:36
28	ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ	ΚΩΣΤΑΣ	M	M	25	0:36:40
29	ΤΣΟΝΟΥ	ΔΗΜΗΤΡΑ	W	W	166	0:36:49
30	ΜΕΝΤΟΣ	ΣΤΑΥΡΟΣ	M	M	25	0:36:57

1,5 Km M-W | 3 Km MW-M-W | 10 Km

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/15.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-ceb1cf85ceb8ceb5cebdcf84ceb9cebacf8ccf82-cea0ce95cea5ce9ace99-2020-10-3-1-km.xlsx

16.ΠΡΕΒΕΖΑ 3-6 Km 13-9-2020

ΕΝ ΝΙΚΟΠΟΛΕΙ ΑΚΤΙΑ 2020

ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ
12 - 13 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2020

ΣΑΒΒΑΤΟ 12 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ

ΚΥΡΙΑΚΗ 13 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ

	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	16 ΒΑΘΜΟΙ 6k ΠΡΕΒΕΖΑ (13-9-20) για ΓΚΡΑΝ	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΛΕΤΣΟΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M36-45	352	1.25.00
3	ΣΤΟΓΙΑΝΝΙΔΟΥ	ΚΛΕΟΠΑΤΡΑ	W	W46-55	354	1.25.01
4	ΠΑΓΚΡΑΤΗΣ	ΠΡΟΚΟΠΗΣ	M	M36-45	289	1.26.08
5	ΣΑΡΑΒΕΛΛΑΣ	ΕΥΣΤΡΑΤΙΟΣ	M	M36-45	234	1.38.05
6	ΤΣΙΜΑΡΑΚΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M46-55	207	1.44.52
7	ΜΑΘΑΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M56-65	182	1.48.09
8	ΜΑΤΡΑΚΗΣ	ΘΩΜΑΣ	M	M36-45	159	1.50.46
9	ΤΟΠΑΛΗΣ	ΚΩΣΤΑΣ	M	M46-55	138	1.50.49
10	ΜΑΛΙΓΚΟΥΔΗΣ	ΒΑΣΙΛΗΣ	M	M46-55	107	2.00.31
11	ΜΑΥΡΙΔΟΥ	ΒΑΣΙΛΙΚΗ	W	W36-45	267	2.00.38
12	ΒΟΥΛΓΑΡΟΠΟΥΛΟΥ	ΧΡΙΣΤΙΝΑ	W	W36-45	214	2.00.44
13	ΣΤΑΥΡΟΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M46-55	95	2.02.32
14	ΚΑΤΣΙΟΥ	ΣΑΡΑ	W	W26-35	189	2.04.42

6 Km M-W | 3 Km M-W

	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	16 ΒΑΘΜΟΙ 3k ΠΡΕΒΕΖΑ (13-9-20)	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΡΙΓΑΝΑΣ	ΣΠΥΡΙΔΩΝ	M	M18-25	334	0.41.18
3	ΚΟΜΙΝΗΣ ΑΛΤΑΝΗΣ	ΟΔΥΣΣΕΑΣ	M	M-18	280	0.43.43
4	ΚΑΛΑΝΤΖΗΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	M	M18-25	226	0.44.00
5	ΚΟΥΣΤΑΣ	ΤΡΥΦΩΝΑΣ	M	M46-55	205	0.44.04
6	ΕΥΑΓΓΕΛΟΥ	ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	M	M26-35	184	0.44.18
7	ΓΙΟΥΖΕΠΑΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	M	M36-45	156	0.51.26
8	PURNELLE	PASCALE	W	W56-65	351	0.51.35
9	ΣΤΑΥΡΟΥ	ΠΕΤΡΟΣ	M	M36-45	130	0.56.28
10	AGOLLI	EDUARD	M	M46-55	108	0.57.01
11	ΜΕΝΕΞΙΑΔΗ	ΔΑΝΑΗ	W	W46-55	295	0.57.54
12	ΒΕΝΟΣ	ΣΤΑΥΡΟΣ	M	M46-55	97	0.58.13
13	ΜΑΝΑΤΟΣ	ΣΠΥΡΟΣ	M	M56-65	84	1.00.29
14	ΡΟΖΟΥ	ΑΝΘΟΥΛΑ	W	W46-55	242	1.00.31
15	ΒΟΥΛΓΑΡΑΚΗΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M46-55	74	1.00.32
16	ΚΑΡΡΑΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M36-45	63	1.00.34
17	ΒΛΑΧΟΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	M	M46-55	53	1.03.19
18	ΣΑΛΙΑΡΗ	ΑΦΡΟΔΙΤΗ	W	W-18	219	1.03.37
19	ΤΣΕΝΤΣΕΡΗΣ	ΜΙΧΑΛΗΣ	M	M36-45	47	1.03.52
20	ΧΕΙΜΑΡΙΟΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	M	M36-45	42	1.03.59
21	ΠΑΠΠΑΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M46-55	37	1.04.10
22	ΝΑΣΗΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	M	M26-35	26	1.04.16
23	ΕΥΣΤΡΑΤΙΟΥ	ΜΙΧΑΛΗΣ	M	M56-65	26	1.04.41
24	ΜΑΡΓΙΩΛΟΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M36-45	26	1.06.21
25	ΨΩΜΑΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M36-45	26	1.06.34
26	ΤΣΙΡΩΝΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M46-55	26	1.07.25
27	ΣΜΥΡΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M46-55	26	1.08.02
28	ΜΠΟΤΣΙΟΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	M	M46-55	26	1.08.35
29	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΠΟΥΛΟΣ	ΑΛΕΚΟΣ	M	M36-45	26	1.09.44
30	ΤΣΙΡΠΑΝΛΗ	ΚΑΛΛΙΟΠΗ	W	W36-45	192	1.10.01
31	ΑΒΡΑΑΜ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M46-55	26	1.10.59
32	JAMIESON	KIRSTINA	W	W36-45	171	1.11.11

3 Km M-W | 6 Km M-W

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/16.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-cea0cea1ce95ce92ce95ce96ce91-3-6-km-2020.xlsx

17.ΑΚΤΙΟ-ΠΡΕΒΕΖΑ 1 Km 12-9-2020



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΝΟΜΟΣ ΠΡΕΒΕΖΑΣ
ΔΗΜΟΣ ΠΡΕΒΕΖΑΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ
ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
ΤΜΗΜΑ: ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
Αρμόδιος Υπάλληλος: Ρούσσος Δημήτριος
ΤΑΧ/ΚΗ Δ/ΝΣΗ: Β. ΜΠΑΛΚΟΥ 1
ΤΗΛ: 2682025325
e-mail: xoreftiko@gmail.com
Τ.Κ 48100 ΠΡΕΒΕΖΑ

«ΕΝ ΝΙΚΟΠΟΛΕΙ ΑΚΤΙΑ»
ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ 1000m.
ΣΑΒΒΑΤΟ 12 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2020
ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

ΑΡΙΘΜΟΣ	ΕΠΩΝΥΜΟ	ΟΝΟΜΑ	ΧΡΟΝΟΣ
30	ΠΑΠΑΙΩΑΝΝΟΥ	ΒΑΣΙΛΗΣ	11:56:10
33	ΕΞΑΡΧΟΥ	ΣΤΕΦΑΝΟΣ	12:01:40
34	ΔΕΔΕΣ	ΚΩΝ/ΝΟΣ	12:35:57
3	ΠΑΓΚΡΑΤΗΣ	ΠΡΟΚΟΠΗΣ	12:50:14
2	ΚΟΜΙΝΗΣ ΑΛΤΑΝΗΣ	ΟΔΥΣΣΕΑΣ	13:18:20
32	ΜΗΤΣΗ	ΑΝΝΑ	14:42:55
35	ΜΠΑΖΙΟΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	15:03:30

	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GE NDE R	CAT	17 ΒΑΘΜΟΙ 1k ΑΚΤΙΟ-ΠΡΕΒΕΖΑ (12-9-20)	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΠΑΠΑΪΩΑΝΝΟΥ	ΒΑΣΙΛΗΣ	M	M	307	11:56:10
3	ΕΞΑΡΧΟΥ	ΣΤΕΦΑΝΟΣ	M	M	256	12:01:40
4	ΔΕΔΕΣ	ΚΩΝ/ΝΟΣ	M	M	207	12:35:57
5	ΠΑΓΚΡΑΤΗΣ	ΠΡΟΚΟΠΗΣ	M	M	187	12:50:14
6	ΚΟΜΙΝΗΣ ΑΛΤΑΝΗΣ	ΟΔΥΣΣΕΑΣ	M	M	166	13:18:20
7	ΜΗΤΣΗ	ΑΝΝΑ	W	W	304	14:42:55
8	ΜΠΑΖΙΟΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M	144	15:03:30
9	ΧΡΗΣΤΟΥ	ΑΝΤΩΝΗΣ	M	M	123	16:05:20
10	ΑΡΓΥΡΟΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M	103	16:07:30
11	ΣΑΛΙΑΡΗ	ΑΦΡΟΔΙΤΗ	W	W	255	16:37:50
12	ΚΑΤΣΑΝΑΚΗΣ		M	M	92	17:37:00
13	ΝΤΟΥΚΟΥ	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ	W	W	205	18:09:00
14	ΣΙΔΕΡΗ	ΜΕΛΙΝΑ	W	W	186	18:14:00
15	ΜΑΥΡΙΝΟΥ	ΒΑΣΙΛΙΚΗ	W	W	167	18:27:00
16	ΚΟΜΙΝΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M	81	18:43:00
17	ΤΣΕΝΤΣΕΡΗΣ	ΜΙΧΑΗΛ	M	M	70	19:15:00
18	ΧΡΗΣΤΑΝΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M	60	19:25:00
19	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΠΟΥΛΟΣ	ΑΛΕΚΟΣ	M	M	50	19:33:00
20	ΝΙΚΟΥ	ΕΥΣΤΡΑΤΙΑ	W	W	146	20:10:00
21	ΠΑΝΝΟΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	M	M	45	20:33:00
22	ΑΒΡΑΑΜ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M	40	22:11:00
23	ΧΡΥΣΑΝΘΟΠΟΥΛΟΣ	ΜΙΛΤΟΣ	M	M	35	23:48:00
24	ΚΑΒΒΑΔΑΣ	ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ	M	M	25	25:14:00
25	ΠΑΝΝΟΥΛΗΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	M	M	25	27:30:00
26	ΠΑΠΑΙΩΑΝΝΟΥ	ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ	M	M	25	29:05:00
27	ΜΠΟΚΙΑΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M	25	30:20:00
28	ΜΙΧΑΗΛΙΝΟΥ	ΣΟΝΙΑ	W	W	114	30:32:00
29	ΝΤΑΚΟΥΛΑΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M	25	32:50:00
30	ΤΖΙΜΑΣ	ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ	M	M	25	32:54:00
31	ΝΤΟΥΚΟΣ	ΣΠΥΡΟΣ	M	M	25	32:59:00

1 Km M-W



https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/17.-ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-1-ce9am-ceb1cebacf84ceb9ceb1-cea0cea1ce95ce92ce95ce96ce91-2020.xlsx

18.Παν. Πρωτ-μα ΚΟΕ ΑΣΤΡΟΣ 10-7,5-5-2,5-1,25 Km 12,13-9-2020





	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	18 ΒΑΘΜΟΙ 10k Παν. Πρωτ-μα ΚΟΕ ΑΣΤΡΟΣ (12,13-9-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΠΑΝΝΟΠΟΥΛΟΥ	ΝΕΦΕΛΗ	W	W19	362	02:05'25"752
3	ΜΕΤΣΙΟΥ	ΦΩΤΕΙΝΗ	W	W19	305	02:05'25"857
4	ΛΕΜΠΛ	ΗΛΕΚΤΡΑ	W	W21	246	02:06'07"129
5	ΑΠΛΑΝΤΗ	ΣΤΥΛΙΑΝΗ	W	W23	220	02:09'30"127
6	ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΙΔΗ	ΜΑΡΙΝΑ	W	W18	193	02:13'48"127
7	ΝΤΑΛΛΑ	ΟΛΓΑ	W	W21	167	02:16'44"284
8	ΚΑΡΑΚΩΤΤΑ	ΔΗΜΗΤΡΑ	W	W	138	02:22'51"693
9	ΜΑΡΚΟΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M19	352	01:58'17"000
10	ΝΕΓΡΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	M	M22	295	01:58'24"602
11	ΣΚΟΤΑΔΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M22	236	01:59'39"331
12	ΡΩΜΑΝΟΣ	ΠΑΥΛΟΣ	M	M20	213	01:59'44"233
13	ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M	190	01:59'46"280
14	ΓΕΩΡΓΑΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΑΝΔΡΕΑΣ	M	M20	167	01:59'50"000
15	ΑΙΒΑΛΙΩΤΗΣ ΡΟΣ	ΑΝΤΩΝΗΣ	M	M18	143	02:00'36"776
16	ΤΣΑΤΗΡΑΣ	ΑΔΑΜ	M	M22	119	02:01'02"706
17	ΔΙΑΣΙΤΗΣ	ΜΙΧΑΛΗΣ	M	M18	107	02:02'11"751
18	ΜΠΟΛΑΝΟΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	M	M20	94	02:03'13"102
19	ΧΙΩΤΗΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	M	M24	81	02:05'53"151
20	ΖΑΦΕΙΡΟΠΟΥΛΟΣ	ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	M	M20	69	02:07'33"378
21	ΠΑΛΑΙΟΛΟΓΟΣ	ΗΛΙΑΣ	M	M19	58	02:09'30"912
22	ΜΑΡΚΑΤΟΣ	ΝΙΚΗΤΑΣ	M	M18	52	02:15'34"268

10 Km W-M | 5 Km M | 5 Km W | 1,25 Km ma

	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	18 ΒΑΘΜΟΙ 7,5k Παν. Πρωτ-μα ΚΟΕ ΑΣΤΡΟΣ (12,13-9-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ	ΣΤΥΛΙΑΝΗ	W	W17	347	01:38'29"190
3	ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ	ΙΩΑΝΝΑ	W	W16	288	01:42'11"066
4	ΚΕΧΑΓΙΑ	ΕΛΕΝΗ	W	W17	233	01:42'11"934
5	ΣΙΔΕΡΗ	ΜΑΡΙΑ	W	W17	210	01:43'57"496
6	ΚΑΝΑΝΗ	ΣΤΥΛΙΑΝΗ	W	W16	181	01:50'45"433
7	ΠΑΠΑΝΑΓΝΟΥ	ΦΟΙΒΗ	W	W16	156	01:53'07"307
8	ΠΙΛΑΤΟΥ	ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ	W	W16	132	01:55'52"153
9	ΛΑΚΚΑ	ΑΘΗΝΑ	W	W16	0	DNF
10	ΖΑΧΑΡΙΑΔΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M16	349	01:24'46"429
11	ΠΑΠΑΘΕΟΔΩΡΟΥ	ΓΡΗΓΟΡΗΣ	M	M17	290	01:28'22"308
12	ΜΑΥΡΟΓΕΝΗΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	M16	231	01:32'46"616
13	ΠΡΟΒΑΤΑΣ	ΝΙΚΟΣ	M	M17	208	01:33'06"508
14	ΑΘΑΝΑΣΟΥΛΑΚΗΣ	ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ	M	M17	185	01:34'03"972
15	ΑΝΔΡΙΑΔΑΚΗΣ	ΦΙΛΙΠΠΟΣ	M	M17	163	01:34'33"707
16	ΧΡΙΣΤΟΦΗΣ	ΑΝΔΡΕΑΣ	M	M16	139	01:36'11"475
17	ΠΑΝΟΣ	ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ	M	M16	116	01:37'30"030
18	ΠΑΠΑΖΑΧΑΡΙΑΣ	ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΣ	M	M16	105	01:37'52"528
19	ΖΟΥΚΟΣ	ΒΑΓΓΕΛΗΣ	M	M16	88	01:43'53"217
20	ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ	ΜΑΡΙΟΣ	M	M16	0	DNF
21	ΘΕΟΦΑΝΟΥΣ	ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΣ	M	M	0	DNF

7,5 Km W-M | 10 Km W-M | 5 Km M | 5 Km W | 1,

	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	18 ΒΑΘΜΟΙ 5k Παν. Πρωτ-μα ΚΟΕ ΑΣΤΡΟΣ (12,13-9-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΛΕΜΠΛ	ΗΛΕΚΤΡΑ	W	W21	336	01:04'16"459
3	ΑΠΛΑΝΤΗ	ΣΤΥΛΙΑΝΗ	W	W23	281	01:04'38"750
4	ΚΑΤΣΙΑΡΑ	ΑΦΡΟΔΙΤΗ	W	W20	224	01:06'05"204
5	ΝΤΑΛΛΑ	ΟΛΓΑ	W	W21	201	01:06'27"494
6	ΖΑΜΑΡΙΑ	ΑΓΓΕΛΙΚΗ	W	W20	179	01:06'27"743
7	ΜΑΚΡΗ	ΓΕΩΡΓΙΑ	W	W14	156	01:07'22"678
8	ΜΑΛΑΜΑ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ	W	W14	134	01:07'23"133
9	ΧΑΜΑΛΙΔΗ	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ	W	W15	111	01:08'33"975
10	ΤΡΟΧΑΛΑΚΗ	ΜΕΛΙΝΑ	W	W20	99	01:09'27"435
11	ΧΑΡΟΚΟΠΟΥ	ΣΤΕΛΙΝΑ	W	W15	88	01:09'50"401
12	ΚΥΡΙΑΚΟΠΟΥΛΟΥ	ΓΕΩΡΓΙΑ	W	W20	77	01:09'50"407
13	ΠΑΚΟΥ	ΜΑΡΙΝΑ	W	W15	66	01:10'00"636
14	ΚΑΝΟΓΚΑ	ΚΑΛΛΙΟΠΗ	W	W15	55	01:10'37"215
15	ΛΑΜΠΡΟΥ	ΑΡΙΑΔΝΗ	W	W15	50	01:10'37"773
16	ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗ	ΔΩΡΟΘΕΑ	W	W15	44	01:11'49"754
17	ΑΙΑΚΟΥ	ΕΛΛΗ	W	W	39	01:13'16"290
18	ΡΟΥΜΑΝΑ	ΑΘΑΝΑΣΙΑ	W	W15	28	01:13'25"802
19	ΗΛΚΟΥ	ΑΝΝΑ	W	W15	28	01:13'26"670
20	ΝΑΣΙΟΥΔΗ	ΔΑΝΑΗ	W	W15	28	01:13'37"444
21	ΚΑΡΑΘΑΝΟΥ	ΦΩΤΕΙΝΗ	W	W15	28	01:19'21"337
22	ΚΑΡΑΜΠΟΪΚΗ	ΣΜΑΡΑΓΔΑ	W	W15	28	01:21'17"588
23	ΚΩΣΤΑ	ΜΑΡΙΑ	W	W15	28	01:21'22"076
24	ΟΝΤΡΙΑ	ΑΓΓΕΛΙΚΗ	W	W14	28	01:27'20"030
25	ΠΡΟΥΣΑΛΗ	ΖΩΗ	W	W14	0	DNF

5 Km W | 7,5 Km W-M | 10 Km W-M

	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	18 ΒΑΘΜΟΙ 5k Παν. Πρωτ-μα ΚΟΕ ΑΣΤΡΟΣ (12,13-9-20)	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΚΥΝΗΓΑΚΗΣ	ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ-ΧΑΡ	M	M22	337	00:56'55"662
3	ΝΕΓΡΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	M	M22	281	00:57'02"942
4	ΤΣΑΤΗΡΑΣ	ΑΔΑΜ	M	M22	226	00:57'56"889
5	ΠΑΛΑΙΟΛΟΓΟΣ	ΗΛΙΑΣ	M	M19	202	00:58'03"651
6	ΕΓΓΛΕΖΑΚΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M19	180	00:58'09"234
7	ΓΕΩΡΓΑΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΑΝΔΡΕΑΣ	M	M20	158	00:58'39"713
8	ΣΚΟΤΑΔΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M22	136	00:58'59"854
9	ΜΑΚΡΗΣ	ΘΑΝΑΣΗΣ	M	M15	112	01:00'35"412
10	ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ	ΝΙΚΟΣ	M	M20	100	01:01'38"494
11	ΓΙΑΝΝΑΚΑΚΗΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M14	88	01:02'46"468
12	ΜΕΡΕΤΖΟΛΙΑΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M22	77	01:02'53"700
13	ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΑΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M15	66	01:03'01"605
14	ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ	ΑΓΓΕΛΟΣ	M	M14	55	01:03'05"244
15	ΚΑΡΑΝΤΩΝΗΣ	ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	M	M15	50	01:03'15"003
16	ΣΥΡΙΟΠΟΥΛΟΣ	ΑΓΓΕΛΟΣ	M	M15	44	01:04'22"413
17	ΜΑΤΣΑΚΑΣ	ΛΕΥΤΕΡΗΣ	M	M15	39	01:04'23"344
18	ΚΑΡΠΟΥΖΛΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M28	28	01:05'08"912
19	ΜΑΥΡΟΔΗΜΟΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M20	28	01:07'43"459
20	ΜΟΥΣΤΑΚΑΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M14	28	01:08'01"971
21	ΖΑΓΓΑΝΑΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M14	28	01:08'11"152
22	ΜΠΑΚΑΣ	ΝΙΚΟΣ	M	M15	28	01:10'04"819
23	ΜΕΣΙΚΛΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M	28	01:10'35"934
24	ΞΥΔΑΣ	ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ	M	M	28	01:11'23"374
25	ΓΕΩΡΓΑΡΑΚΗΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	M21	28	01:11'48"947
26	ΚΡΑΝΙΑΣ	ΗΛΙΑΣ	M	M26	28	01:11'53"123
27	ΑΝΤΩΝΙΟΥ	ΣΠΥΡΟΣ	M	M25	28	01:13'25"367
28	ΕΥΣΤΑΘΙΟΥ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M14	28	01:14'20"004
29	ΠΟΛΥΔΩΡΟΠΟΥΛΟΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M	28	01:14'21"989
30	ΖΑΜΑΡΙΑΣ	ΝΙΚΟΣ	M	M22	28	01:15'20"958
31	ΓΕΩΡΓΟΥΛΗΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	M14	28	01:20'26"044
32	ΔΗΜΗΤΡΑΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΣ	M	M14	28	01:23'28"278

5 Km M | 5 Km W | 7,5 Km W-M | 10 K

	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GE ND ER	CAT	18 ΒΑΘΜΟΙ 2,5k Παν. Πρωτ-μα ΚΟΕ ΑΣΤΡΟΣ (12,13-9-20)	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΠΕΝΝΑ	ΥΒΟΝΝΗ	W	W37	333	00:34'15"821
3	ΚΟΥΒΕΛΗ	ΒΑΣΙΛΙΚΗ	W	W52	283	00:34'16"022
4	ΕΞΑΡΧΟΥ	ΑΓΓΕΛΙΚΗ	W	W35	226	00:41'18"286
5	ΣΑΛΑΠΑΤΑ	ΜΑΡΙΑΝΕΛΛΑ	W	W53	205	00:42'42"415
6	ΦΡΑΓΓΕΛΑΚΗ	ΕΛΕΝΗ	W	W55	171	00:56'50"265
7	ΣΚΡΙΜΠΑ	ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ	W	W34	140	01:07'16"364
8	ΔΕΜΕΤΗΣ	ΒΑΣΙΛΗΣ	M	M37	269	00:32'17"996
9	ΓΚΟΤΖΙΑΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M29	269	00:32'17"996
10	ΣΟΥΒΑΤΖΟΓΛΟΥ	ΓΡΗΓΟΡΗΣ	M	M	269	00:32'17"996
11	ΠΑΝΕΤΗΣ	ΛΕΥΤΕΡΗΣ	M	M37	194	00:34'09"208
12	ΑΛΥΦΑΝΤΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M	173	00:34'47"174
13	ΣΑΡΡΗΓΕΩΡΓΙΑΔΗΣ	ΚΩΝ/ΝΟΣ	M	M46	152	00:34'55"343
14	ΠΑΝΕΤΗΣ	ΗΛΙΑΣ	M	M34	130	00:35'02"602
15	ΑΡΓΥΡΗΣ	ΕΥΘΥΜΙΟΣ	M	M51	109	00:35'19"269
16	ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ	ΑΡΗΣ	M	M51	98	00:36'05"183
17	ΑΒΑΓΙΑΝΟΣ	ΑΝΔΡΕΑΣ	M	M42	85	00:38'17"779
18	ΚΑΡΟΥΝΤΖΟΣ	ΟΡΦΕΑΣ	M	M26	74	00:39'03"209
19	ΜΥΛΩΝΑΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M39	63	00:39'06"411
20	ΚΑΡΟΤΣΙΕΡΗΣ	ΑΝΔΡΕΑΣ	M	M52	53	00:40'03"559
21	ΠΟΛΥΧΡΟΝΑΚΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M37	47	00:40'10"089
22	ΚΑΡΟΥΝΤΖΟΣ	ΛΑΜΠΡΟΣ	M	M36	42	00:40'43"439
23	ΒΛΑΧΟΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	M	M43	37	00:40'57"244
24	ΣΠΟΝΤΙΔΑΚΗΣ	ΗΛΙΑΣ	M	M50	26	00:41'18"901
25	ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M47	26	00:41'45"619
26	ΤΡΙΚΑΛΙΩΤΗΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	M	M44	26	00:42'16"967
27	ΠΑΠΟΥΤΡΖΗΣ	ΝΗΦΩΝ	M	M44	26	00:43'01"618
28	ΚΑΜΠΑΡΑΚΗΣ	ΣΤΕΦΑΝΟΣ	M	M53	26	00:43'09"843
29	ΜΑΓΚΟΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M39	26	00:44'53"535
30	ΚΥΡΙΤΣΟΠΟΥΛΟΣ	ΒΑΙΟΣ	M	M34	26	00:46'19"794
31	ΡΟΝΤΟΓΙΑΝΝΗΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	M	M44	26	00:47'09"179
32	ΜΠΟΤΟΠΟΥΛΟΣ	ΚΩΣΤΑΣ	M	M53	26	00:47'14"951
33	ΡΟΒΙΘΗΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M59	26	00:50'20"019
34	ΠΑΡΓΑΝΑΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M51	26	00:51'41"735
35	ΠΟΛΑΚΗΣ	ΣΠΥΡΟΣ	M	M	26	00:52'06"689

2,5 Km masters W-M | 5 Km M | 5 K

	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GE ND ER	CAT	18 ΒΑΘΜΟΙ 1,25k Παν. Πρωτ-μα ΚΟΕ ΑΣΤΡΟΣ (12,13-9-20) για ΓΚΡΑΝ	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΣΑΠΑΡΗ	ΚΑΤΕΡΙΝΑ	W	W29	290	00:19'47"883
3	ΚΕΦΑΛΕΑ	ΚΥΡΙΑΚΗ	W	W55	238	00:24'31"497
4	ΚΟΥΡΛΙΟΥΡΟΣ	ΝΙΚΟΣ	M	M37	291	00:16'57"951
5	ΜΟΙΡΑΣ	ΜΑΝΩΛΗΣ	M	M35	243	00:17'02"190
6	ΚΟΤΖΑΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M48	195	00:17'40"591
7	ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M29	175	00:18'16"308
8	ΚΟΥΦΕΛΛΗΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	M	M	156	00:18'23"210
9	ΔΑΒΕΡΩΝΑΣ	ΚΩΣΤΑΣ	M	M34	136	00:19'23"377
10	ΔΑΡΖΕΝΤΑΣ	ΑΡΤΕΜΗΣ	M	M40	117	00:19'26"286
11	ΤΡΙΒΥΖΑΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M47	98	00:19'59"668
12	ΣΩΤΗΡΟΠΟΥΛΟΣ	ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ	M	M41	88	00:20'32"776
13	ΣΠΟΝΤΑΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M	78	00:20'59"515
14	ΤΣΩΝΟΣ	ΑΝΤΩΝΗΣ	M	M63	67	00:22'23"484
15	ΣΚΟΥΡΤΗΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M36	57	00:23'53"824
16	ΠΕΡΙΣΤΕΡΗΣ	ΒΑΣΙΛΗΣ	M	M59	48	00:25'26"942
17	ΝΟΤΑΡΑΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M72	43	00:26'44"140
18	ΚΡΥΣΙΛΑΣ	ΑΝΤΩΝΗΣ	M	M	38	00:26'51"115
19	ΣΤΡΟΥΜΠΟΣ	ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ	M	M54	33	00:32'38"738

1,25 Km masters W-M | 2,5 Km masters W-M

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/18.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-10-75-5-25-125-ce9am-2020.xlsx

19.Φάρος ΣΥΡΟΥ 7,2 Km 18-9-2020



LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	19 ΒΑΘΜΟΙ 7,2k Φάρος ΣΥΡΟΥ (18-9-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
ΚΟΥΤΡΑΣ	ΑΓΓΕΛΟΣ	M	M62	330	2:30

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/19.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-cea6ceaccf81cebfcf82-cea3cea5cea1ce9fcea5-72-ce9am-17-9-2020.xlsx

20. Ν. ΙΟΣ ΜΥΛΟΠΌΤΑΜΟΣ 3-1,5 Km 19,20-9-2020

Ios Adventure
12-13 Sep 2020

IOS SWIM BY MELTEMI WATERSPORTS
IOS ADVENTURE

Swim: 0,75-1,5-3km / Trail Race 4-14-20km
Aquathlon: 0,75/4km, 1,5/14km, 3/20km
Laser Run & More!!!

IosAdventure.gr www.iosadventure.gr

	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	20 ΒΑΘΜΟΙ 3k Ν. ΙΟΣ ΜΥΛΟΠΌΤΑΜΟΣ (19,20-9-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΠΑΠΑΣΤΑΜΑΤΙΟΥ		M	M	305	1.18.25,9
3	ΚΟΥΖΟΥΠΗΣ		M	M	254	1.19.33,5
4	ΑΧΟΥΖΑΡΙΔΗΣ	ΝΙΚΟΣ	M	M	200	1.23.08,1

3 Km M-W | 1,5 Km M-W

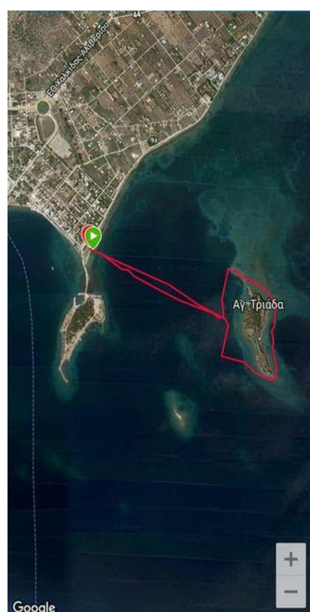
	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	20 ΒΑΘΜΟΙ 1,5k Ν. ΙΟΣ ΜΥΛΟΠΌΤΑΜΟΣ (19,20-9-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΚΟΛΟΣΟΥΣΑΣ		M	M	312	27.02,5
3	CHELESEY		W	W	285	30.18.0
4	RYAN		M	M	259	33.11,7
5	JACSON		M	M	207	37.30,0
6	BENDER		M	M	186	39.59,5
7	ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΣ		M	M	163	43.04,1
8	ΦΛΩΡΟΣ		M	M	136	51.27,5
9	ALLEN		M	M	114	54.21,3
10	ΜΑΝΟΥΣΗΣ		M	M	0	DNF
11	ΔΕΣΠΟΙΝΑ		W	W	0	DNF

1,5 Km M-W | 3 Km M-W

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/20.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-ce99ce9fcea3-3-15-km-2020.xlsx

21.ΕΡΕΤΡΙΑ 2-3,5 Km 18-9-2020





	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	21 ΒΑΘΜΟΙ 3,5k ΕΡΕΤΡΙΑ (18-9-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΒΑΜΒΑΚΙΔΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	MW40+	321	01:07:56.555
3	ΣΑΚΚΑΣ	ΗΛΙΑΣ	M	MW40+	250	01:28:26.388
4	ΜΑΥΡΟΔΗΜΟΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M20-29	331	01:03:08.014
5	ΜΠΑΝΤΟΥΒΑΝΗΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	M	M50-59	277	01:07:16.798
6	ΚΩΣΤΗ	ΑΙΜΙΛΙΑ	W	W13-19	342	01:07:30.251
7	ΑΝΑΜΟΥΡΛΟΓΛΟΥ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	M	M40-49	227	01:07:56.556
8	ΣΤΡΑΤΑΚΟΥ	ΜΥΡΤΩ	W	W20-29	288	01:11:01.872
9	ΑΔΑΜΟΠΟΥΛΟΣ	ΗΛΙΑΣ	M	M13-19	200	01:14:09.592
10	ΒΑΡΒΑΡΕΣΟΣ	ΤΗΛΕΜΑΧΟΣ	M	M40-49	180	01:14:33.257
11	ΓΕΩΡΓΙΟΥ	ΑΝΤΩΝΗΣ	M	M50-59	149	01:25:27.706
12	ΝΕΙΡΟΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	M	M30-39	129	01:25:31.258
13	ΣΚΟΥΝΤΖΟΥ	ΕΥΓΕΝΙΑ	W	W50-59	224	01:25:47.021
14	ΚΑΛΟΓΕΡΟΠΟΥΛΟΣ	ΑΓΓΕΛΟΣ	M	M50-59	106	01:28:38.470
15	ΠΑΝΟΥΣΗ	ΣΟΦΙΑ	W	W60-69	200	01:29:10.401
16	ΚΑΛΟΓΕΡΟΠΟΥΛΟΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M40-49	95	01:29:50.794
17	ΡΑΦΑΗΛ	ΖΑΚ	M	M40-49	83	01:31:16.500
18	ΜΑΥΡΙΔΟΥ	ΒΑΣΙΛΙΚΗ	W	W40-49	176	01:33:06.107
19	ΦΡΑΓΓΕΛΑΚΗ	ΕΛΕΝΗ	W	W50-59	155	01:34:06.691
20	ΠΑΝΟΥΤΣΑΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	M	M40-49	70	01:34:47.881
21	ΜΑΤΖΟΥΡΑΝΗ	ΕΡΗ	W	W50-59	134	01:35:12.127
22	ΟΤΑΠΑΣΙΔΟΥ	ΠΗΝΕΛΟΠΗ	W	W50-59	100	01:49:56.319
23	ΜΑΥΡΟΔΗΜΟΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M13-19	0	DNF

3,5 Km MW-M-W | 2 Km MW-WW | 3,5 Km MW

	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	21 ΒΑΘΜΟΙ 2k ΕΡΕΤΡΙΑ (18-9-20)	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	MW40+	311	00:31:18.835
3	ΚΟΥΡΚΟΥΤΙΔΟΥ	ΑΘΗΝΑ	W	WW40+	302	00:33:16.634
4	ΤΡΙΤΣΙΜΠΙΔΑ	ΝΤΟΡΙΝΑ	W	WW-40	250	00:35:45.593
5	ΛΙΑΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΚΥΡΙΑΚΟΣ	M	MW40+	252	00:40:22.312
6	ΧΑΡΑΤΣΗΣ	ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ	M	MW40+	202	00:40:59.814
7	ΡΙΤΣΩΝΗΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	M	MW40+	180	00:42:13.339
8	ΜΟΙΡΑΣ	ΜΑΝΟΣ	M	M 30-39	324	00:29:58.971
9	ΚΑΡΥΔΗΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	M	M 30-39	270	00:31:01.836
10	ΚΕΡΑΜΙΔΑ	ΙΛΙΑ	W	W13-19	324	00:32:16.560
11	ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M 30-39	216	00:32:35.203
12	ΤΡΙΒΥΖΑΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M40-49	195	00:32:35.549
13	ΚΟΜΙΝΗΣ ΑΛΤΑΝΗΣ	ΟΔΥΣΣΕΑΣ	M	M13-19	173	00:33:05.226
14	ΣΕΡΡΟΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	M	M40-49	152	00:33:05.653
15	ΠΑΠΑΔΑΚΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M 30-39	131	00:33:28.053
16	ΡΑΧΩΒΙΤΣΑΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M20-29	109	00:34:30.575
17	ΜΑΥΡΟΜΑΤΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M 30-39	99	00:34:38.684
18	ΚΩΝΣΤΑΝΤΕΛΛΟΣ	ΒΑΣΙΛΗΣ	M	M40-49	86	00:36:20.465
19	ΠΟΛΑΚΗΣ	ΣΠΥΡΙΔΩΝ	M	M50-59	74	00:38:57.655
20	ΓΙΟΥΒΑΝΑΚΗΣ	ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ	M	M 30-39	63	00:39:18.368
21	ΡΑΧΩΒΙΤΣΑ	ΒΑΣΙΑ	W	W20-29	267	00:39:36.538
22	ΤΣΑΓΚΑΡΗΣ	ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΗΣ	M	M40-49	53	00:40:42.691
23	ΑΔΑΜΟΠΟΥΛΟΣ	ΘΕΟΔΩΡΟΣ Μ/	M	M13-19	47	00:41:10.783
24	ΜΑΝΙΚΑΣ	ΣΑΒΒΑΣ	M	M40-49	42	00:41:15.686
25	ΧΑΒΕΛΑΣ	ΝΙΚΟΛΑΣ	M	M13-19	37	00:41:45.438
26	ΝΟΤΑΡΑΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	M70-79	26	00:41:49.104
27	ΖΑΝΝΙΚΟΥ	ΣΤΑΜΑΤΟΥΛΑ	W	W50-59	215	00:41:56.175
28	ΚΟΛΛΙΑΣ	ΘΕΟΦΑΝΗΣ	M	M 30-39	26	00:41:56.805
29	ΡΟΥΓΓΕΡΗΣ	ΑΝΤΩΝΗΣ	M	M40-49	26	00:43:53.344
30	ΑΒΡΑΑΜ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M50-59	26	00:44:52.157
31	ΜΙΧΟΥ	ΕΛΙΣΣΑΒΕΤ	W	W40-49	187	00:49:55.707
32	ΒΕΚΡΗΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M20-29	26	00:50:34.108
33	ΠΑΠΑΔΟΓΙΑΝΝΗ	ΕΡΙΕΤΤΑ	W	W50-59	166	00:50:34.388
34	ΠΑΦΟΣ	ΦΙΛΙΠΠΟΣ	M	M13-19	26	00:51:41.141
35	ΠΑΦΟΣ	ΘΑΝΑΣΗΣ	M	M50-59	26	00:51:44.275

2 Km MW-WW-M-W | 3,5 Km MW-M-

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/21.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-ce95cea1ce95cea4cea1ce99ce91-2-35-km-2020.xlsx

22.ΡΕΘΥΜΝΟ 2,5 Km 25,26,27-9-2020



	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	22 ΒΑΘΜΟΙ 2,5k ΡΕΘΥΜΝΟ (25,26,27-9-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΧΡΥΣΙΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΣΠΥΡΟΣ	M	M1 -39	334	00:39:05.151
3	ΔΙΑΚΟΥΜΑΚΟΥ	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ	W	W1 -24	323	00:45:33.278
4	ΚΑΒΡΟΥΛΑΚΗΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	M	M1 -39	276	00:47:07.518
5	ΓΟΝΙΔΗ	ΧΡΙΣΤΙΝΑ	W	W25-29	271	00:47:14.000
6	ΣΥΓΓΕΝΙΩΤΗ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ	W	W35-39	220	00:48:22.485
7	ΠΑΓΚΡΑΤΗΣ	ΠΡΟΚΟΠΗΣ ΑΚΗΣ	M	M40-44	223	00:50:20.612
8	ΑΓΓΕΛΕΤΟΥ	ΝΙΚΟΛΕΤΑ	W	W1 -24	197	00:51:00.557
9	ΚΟΚΟΛΙΝΑΚΗΣ	ΜΙΧΑΛΗΣ	M	M1 -39	202	00:51:26.643
10	ΞΕΚΑΡΔΑΚΗ	ΦΑΙΔΡΑ	W	W44-49	172	00:57:03.274
11	ΤΣΑΓΚΑΡΑΚΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M45+	176	00:57:03.844
12	ΛΑΦΗΣ	ΑΝΤΩΝΗΣ - ΔΗΜΗ	M	M1 -39	153	01:00:48.091
13	ΜΑΚΡΥΓΙΑΝΝΗΣ	ΣΠΥΡΟΣ	M	M40-44	132	01:01:36.207
14	ΖΗΓΟΡΗΣ	ΣΤΕΦΑΝΟΣ	M	M45+	107	01:06:50.983
15	ΡΟΥΓΚΟΥ	ΠΕΓΚΥ	W	W30-34	140	01:08:31.846
16	ΕΥΓΕΝΙΑΔΗΣ	ΚΩΝ/ΝΟΣ	M	M1 -39	90	01:13:04.387
17	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΗΣ	ΚΩΝ/ΝΟΣ	M	M40-44	80	01:13:57.410

2,5 Km M-W

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/22.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-cea1ce95ce98cea5ce9cce9dce9f-25-km-2020.xlsx

23. ΜΑΡΑΘΩΝΑΣ Μιλτιάδεια 3-1,5 Km 27-9-2020





	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	23 ΒΑΘΜΟΙ 3k ΜΑΡΑΘΩΝΑΣ Μιλτιάδεια (27-9-20) για	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΧΑΪΔΕΜΕΝΟΣ	ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ	M	M	317	0:40:00
3	ΠΑΝΕΤΗΣ	ΛΕΥΤΕΡΗΣ	M	M	267	0:40:17
4	ΠΑΝΕΤΗΣ	ΗΛΙΑΣ	M	M	216	0:41:25
5	ΚΑΤΡΑΝΤΣΙΩΤΗ	ΙΩΑΝΝΑ	W	W	350	0:41:30
6	ΧΑΤΖΑΡΑΣ	ΦΩΤΗΣ	M	M	191	0:46:00
7	ΣΑΛΑΠΑΤΑ	ΜΑΡΙΑΝΕΛΛΑ	W	W	294	00:47:10
8	ΠΟΛΥΖΟΥ	ΣΟΦΙΑ	W	W	244	0:47:20
9	ΚΑΤΡΑΝΤΣΙΩΤΗΣ	ΘΕΟΔΩΡΟΣ	M	M	168	00:49:30
10	ΚΟΝΤΟΓΙΑΝΝΗΣ	ΗΛΙΑΣ	M	M	148	0:49:30
11	ΜΑΥΡΟΜΑΤΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M	127	0:50:00
12	ΜΠΟΤΟΠΟΥΛΟΣ	ΚΩΝ/ΝΟΣ	M	M	104	0:53:00
13	ΠΑΡΓΑΝΑΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M	91	0:56:50
14	ΠΕΤΡΙΤΣΗ	ΧΡΙΣΤΙΝΑ	W	W	215	0:56:55
15	ΙΝΤΖΕ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	W	W	195	0:56:55
16	ΑΡΓΥΡΟΠΟΥΛΟΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M	80	0:57:54
17	ΝΟΤΑΡΑΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M	70	0:57:55
18	ΠΙΠΕΡΗΣ	ΒΑΣΙΛΗΣ	M	M	60	0:58:10
19	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ	ΑΝΤΡΕΑΣ	M	M	50	0:58:30
20	ΧΑΤΖΗΓΙΑΝΝΙΚΑ	ΧΡΙΣΤΙΝΑ	W	W	172	0:59:05
21	ΑΛΜΥΡΟΥΔΗ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ	W	W	152	0:59:15
22	ΤΣΑΠΑΝΙΔΗΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M	45	1:02:15
23	ΚΩΤΣΙΟΠΟΥΛΟΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	M	40	1:02:30
24	ΔΟΥΝΙΑΣ	ΔΗΜΗΤΡΗΣ	M	M	35	1:02:30
25	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ	ΕΥΑ	W	W	129	1:02:40
26	ΙΩΑΝΝΟΥ	ΑΙΜΙΛΙΑ	W	W	119	1:02:40
27	ΑΒΑΓΙΑΝΟΣ	ΙΩΣΗΦ	M	M	25	1:07:55
28	ΣΠΥΡΑΤΟΣ	ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ	M	M	25	1:09:40
29	ΡΙΖΟΥ	ΜΑΡΙΑ	W	W	99	1:12:00
30	ΠΑΤΕΛΗΣ	ΒΑΣΙΛΗΣ	M	M	25	1:14:05
31	ΠΑΓΩΝΗ	ΑΓΓΕΛΙΚΗ	W	W	70	1:31:40
32	ΦΡΑΓΓΕΛΑΚΗ	ΕΛΕΝΗ	W	W	0	DNF

3 Km M-W | 1,5 Km M-W

	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	23 ΒΑΘΜΟΙ 1,5k ΜΑΡΑΘΩΝΑΣ Μιλτιάδεια (27-9-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ	ΑΡΙΣΤΕΙΔΗΣ	M	M	308	0:20:00
3	ΔΑΒΕΡΩΝΑΣ	ΚΩΣΤΑΣ	M	M	257	0:21:00
4	ΚΟΜΙΝΗΣ ΑΛΤΑΝΗΣ	ΟΔΥΣΣΕΑΣ	M	M	207	0:22:05
5	ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M	186	0:23:15
6	ΚΩΝΣΤΑΝΤΕΛΛΟΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	M	M	165	0:24:00
7	ΤΡΑΚΑΚΗΣ	ΜΙΧΑΛΗΣ	M	M	145	0:24:40
8	ΜΠΙΚΟΦ	ΜΑΝΙΑ	W	W	295	0:26:00
9	ΛΑΣΚΑΡΗ	ΗΡΩ	W	W	248	0:26:05
10	ΚΟΥΜΠΟΥΡΗ	ΑΝΝΑ	W	W	200	0:26:10
11	ΓΚΟΥΝΤΑΣ	ΓΙΩΡΓΟΣ	M	M	123	0:26:15
12	ΚΟΡΟΜΗΛΑΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	M	M	100	0:26:15
13	ΕΜΜΑΝΟΥΗΛΙΔΗΣ	ΘΕΟΛΟΓΟΣ	M	M	92	0:27:27
14	ΑΛΕΞΑΝΔΡΑΚΗΣ	ΖΑΧΑΡΙΑΣ	M	M	82	0:27:27
15	ΚΟΜΙΝΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M	70	0:29:50
16	ΜΠΟΡΟΖΑΝ	ΑΥΓΟΥΣΤΙΝΟΣ	M	M	60	0:29:55
17	ΚΙΛΤΕΝΗ	ΜΑΡΙΑ	W	W	177	0:30:15
18	ΠΑΝΑΓΙΩΤΑΡΑΚΟΣ	ΓΙΑΝΝΗΣ	M	M	50	0:30:15
19	ΣΤΑΦΥΛΑΣ	ΒΑΣΙΛΗΣ	M	M	45	0:30:20
20	ΑΒΡΑΑΜ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	M	M	40	0:31:10
21	ΚΟΡΦΙΑΤΗΣ	ΑΝΤΩΝΗΣ	M	M	35	0:31:40
22	ΛΕΥΚΟΦΡΥΔΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	M	M	25	0:31:40
23	ΣΤΡΟΥΜΠΟΣ	ΧΑΡΗΣ	M	M	25	0:35:20
24	ΧΟΤΖΟΓΛΟΥ	ΑΓΓΕΛΙΚΗ	W	W	152	0:36:50
25	ΝΙΚΟΛΑΪΔΗΣ	ΚΩΣΤΑΣ	M	M	25	0:37:00
26	ΣΩΤΗΡΙΟΥ	ΝΙΚΟΣ	M	M	25	0:37:30
27	ΔΕΛΗΓΙΑΝΝΗΣ	ΚΩΣΤΑΣ	M	M	25	0:47:30

1,5 Km M-W | 3 Km M-W

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/23.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-ce9cce91cea1ce91ce98cea9ce9dce91cea3-3-15-km-2020.xlsx

24.ΧΑΝΙΑ 1,5 Km 11-10-2020

https://leandrosswim.wordpress.com/wp-content/uploads/2025/03/24.ce92ce91ce98ce9cce9fce99-ce91cea0ce9fcea4ce95ce9bce95cea3ce9cce91cea4ce91-cea7ce91ce9dce99ce91-2020.xlsx



	A	B	C	D	E	F
1	LAST NAME	FIRST NAME	GENDER	CAT	24 ΒΑΘΜΟΙ 1,5k ΧΑΝΙΑ (11-10-20) για ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ 2020	ΧΡΟΝΟΣ
2	Καβρουλάκης		M	M25-40	297	23:41:23
3	Κοκολινάκης	Μιχάλης	M	M25-40	250	23:44:12
4	Βιζυράκης	Μανούσος	M	M40-55	201	24:23:02
5	Νομικός	Γιάννης	M	M25-40	182	24:39:04
6	Οβάκογλου	Ευάγγελος	M	M-25	162	25:16:12
7	Συγγενιώτη	Κωνσταντίνα	W	W	285	25:26:23
8	Enloe		M	M	142	26:01:16
9	Αρβανιτάκης	Μιχάλης	M	M40-55	121	28:05:34
10	Μποφίλης	Βασίλειος	M	M40-55	101	29:01:15
11	Μακρύγιαννης		M	M	92	29:08:05
12	Βροντάκης		M	M	80	31:43:07
13	Αναστασακης		M	M	67	35:09:23
14	Κοκολινάκης	Μιχάλης junior	M	M-25	57	40:46:45

1,5 Km M-W



5.Τα πορτραίτα για τους 45 νικητές βάθρου στις 5 κατηγορίες (2,5-5-7,5-10-10plus Km) του ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ OWS **''ΛΕΑΝΔΡΟΣ 2020''**. **σελ.71-87**

Στο 7ο ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ OWS 2020, ΣΤΟΝ ΤΟΜΕΑ ΤΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΟΠΟΙΗΣΗΣ-ΒΡΑΒΕΥΣΗΣ ΤΩΝ ΑΓΩΝΩΝ OWS, αναλόγως των Km εκάστου αγώνα ανακηρύσσονται οι τρείς πρώτοι M,W,MWetsuit,WWetsuit (συνολικά 45) πρωταθλητές σε 5 υποκατηγορίες αγώνων OWS δηλ. στα 2,5 -στα 5 -στα 7,5-στα 10 και στα 10plus Km !!!
Στο παρακάτω νέο **Excel** του ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ OWS 2020, μπορεί ο καθένας από τους 1225 κολυμβητές να δει την τελική κατάταξή του για το 2020 στις 5 νέες κατηγορίες των 2,5- 5- 7,5- 10- 10plus Km !

https://leandrosswim.files.wordpress.com/2020/11/final-ranking-2020-25-5-75-10-10-km.xlsx

Δηλαδή οι αγώνες χωρίστηκαν ,στην πρώτη γραμμή του excel, ως εξής :
με **κίτρινο** χρώμα οι 14 αγώνες OWS 2019 από 1 ως και 2,5 Km
με **μπλέ** χρώμα οι 11 αγώνες OWS 2019 από 2,5 ως και 5 Km
με **πράσινο** χρώμα οι 6 αγώνες OWS 2019 από 5 ως και 7,5 Km
με **φούξια** χρώμα οι 4 αγώνες OWS 2019 από 7,5 ως και 10 Km
με **κόκκινο** χρώμα οι 5 αγώνες OWS 2019 άνω των 10 + Km
Δηλαδή αν ένας μαραθωνοκολυμβητής κολύμπησε όλες τις παραπάνω κατηγορίες αποστάσεων, τότε θα δει το όνομά του (με τους βαθμούς του ανά αγώνα) στο ανωτέρω Excel χωριστά και με μαύρο-κίτρινο και με μπλε και με πράσινο και με φούξια και με κόκκινο χρώμα.

Ακολουθούν οι φωτο (από FB) των παρακάτω 45 πρωταθλητών ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ OWS 2020, στις 5 ως άνω κατηγορίες:

Κατηγορία ανδρών OWS 2020 από 1 ως και 2,5 Km (M2,5) (πήραν μέρος 348 κολυμβητές M2,5)



1.ΤΡΙΒΥΖΑΣ ΧΡΗΣΤΟΣ(Chris Trivizas)



2.ΚΟΜΙΝΗΣ ΑΛΤΑΝΗΣ ΟΔΥΣΣΕΑΣ(Οδυσσέας Κομίνης)



3.ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ ΑΡΗΣ(Aris Ioannidis)

Κατηγορία γυναικών OWS 2020 από 1 ως και 2,5 Km (W2,5) (πήραν μέρος 142 κολυμβήτριες W2,5)



1.ΓΚΑΝΟΓΙΑΝΝΗ ΑΡΕΤΗ



2.ΑΓΓΕΛΕΤΟΥ ΝΙΚΟΛΕΤΑ(Νικολέτα Αγγελέτου)



3.ΚΕΦΑΛΕΑ ΚΙΡΚΗ(Kirki Kefalea)

Κατηγορία ανδρών OWS 2020 από 1 ως και 2,5 Km με στολή wetsuit (MW2,5) (πήραν μέρος 52 κολυμβητές MW2,5)



1.ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ(Chris Assimakopoulos) (ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ "ΛΕΑΝΔΡΟΣ").



2.ΚΑΛΟΓΕΡΟΠΟΥΛΟΣ ΘΕΟΧΑΡΗΣ



3.ΚΑΡΑΠΑΤΗΣ ALEX ΙΩΑΝΝΗΣ(Alex John Karapatis)

Κατηγορία γυναικών OWS 2020 από 1 ως και 2,5 Km με στολή wetsuit (WW2,5) (πήραν μέρος 15 κολυμβήτριες WW2,5)



1.ΤΡΙΤΣΙΜΠΙΔΑ ΝΤΟΡΙΝΑ(Dorina Trits)



2.ΖΗΚΑ ΕΛΕΝΑ(Elena Zika)

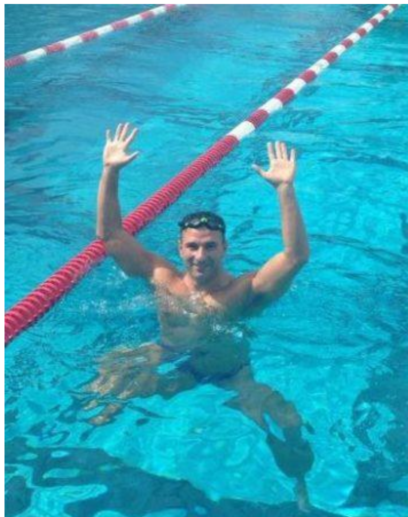


3.ΚΟΥΡΚΟΥΤΙΔΟΥ ΑΘΗΝΑ

Κατηγορία ανδρών OWS 2020 από 2,5 ως και 5 Km (M5) (πήραν μέρος 300 κολυμβητές M5)



1.ΜΠΑΝΤΟΥΒΑΝΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ(Panos Bantouvanis)



2.ΣΑΡΡΗΓΕΩΡΓΙΔΗΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ(Konstantinos Sarrigeorgidis)



3.ΑΘΑΝΑΣΟΥΛΑΚΗΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ(Anastasis Athanasoulakis)

Κατηγορία γυναικών OWS 2020 από 2,5 ως και 5 Km (W5) (πήραν μέρος 127 κολυμβήτριες W5)



1.ΠΟΛΥΖΟΥ ΣΟΦΙΑ(Sofia Polyzou)



2.ΓΟΝΙΔΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ(Xristina Gonidi) (ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ "ΛΕΑΝΔΡΟΣ")

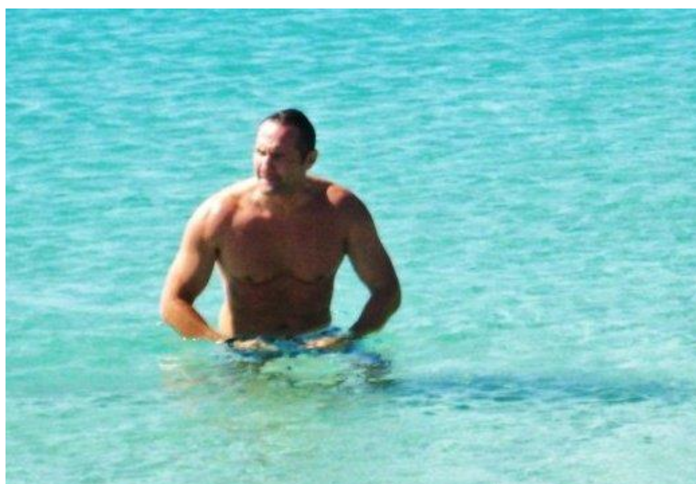


3.ΛΕΜΠΛ ΗΛΕΚΤΡΑ ΒΑΡΒΑΡΑ

Κατηγορία ανδρών OWS 2020 από 2,5 ως και 5 Km με στολή wetsuit (MW5) (πήραν μέρος 50 κολυμβητές MW5)



1. ΒΑΜΒΑΚΙΔΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ(Giannis Vamvakidis)



2.ΣΑΚΚΑΣ ΗΛΙΑΣ(Ilias Sakkas)



3.ΑΛΥΦΑΝΤΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ(George Alyfantis)

Κατηγορία γυναικών OWS 2020 από 2,5 ως και 5 Km με στολή wetsuit (WW5) (πήραν μέρος 20 κολυμβήτριες WW5)



1.ΛΥΜΠΕΡΟΠΟΥΛΟΥ ΓΚΡΕΤΑ(Greta Lymberopoulou)



2.ΣΑΠΑΡΗ ΚΑΤΕΡΙΝΑ(Katerina Sapari)



3.ΦΥΤΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ

Κατηγορία ανδρών OWS 2020 από 5 ως και 7,5 Km (M7,5) (πήραν μέρος 48 κολυμβητές M7,5)



1. ΠΑΝΕΤΗΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ



2.ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ ΑΡΗΣ(Aris Ioannidis)



3.ΒΑΜΒΑΚΙΔΗΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ(Alexandros Vamvakidis)

Κατηγορία γυναικών OWS 2020 από 5 ως και 7,5 Km (W7,5) (πήραν μέρος 20 κολυμβήτριες W7,5)



1.ΜΑΥΡΙΔΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ(Vasilki Mavridou)



2.ΦΡΑΓΓΕΛΑΚΗ ΕΛΕΝΗ(Ελένη Φραγγελάκη)



3.ΚΟΥΒΕΛΗ ΒΙΚΥ(vicky kouveli)- (3 φορές παγκ. πρωταθλήτρια 3 Km masters OWS, προπονήτρια και έφορος του "ΛΕΑΝΔΡΟΣ").

Κατηγορία ανδρών OWS 2020 από 5 ως και 7,5 Km με στολή wetsuit (MW7,5) (πήραν μέρος 2 κολυμβητές MW7,5)



1.ΤΖΑΝΑΒΑΡΑΣ ΧΑΡΗΣ



2.ΒΑΜΒΑΚΙΔΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ(Giannis Vamvakidis)

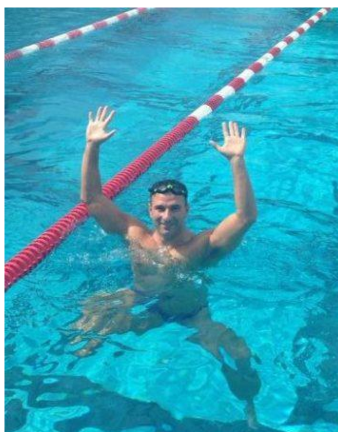
Κατηγορία ανδρών OWS 2020 από 7,5 ως και 10 Km (M10) (πήραν μέρος 62 κολυμβητές M10)



1.ΜΠΑΝΤΟΥΒΑΝΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ(Panos Bantouvanis)



2.STOYCHEV PETAR(Petar Stoychev)



3.ΣΑΡΡΗΓΕΩΡΓΙΔΗΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ(Konstantinos Sarrigeorgidis)

Κατηγορία γυναικών OWS 2020 από 7,5 ως και 10 Km (W10) (πήραν μέρος 20 κολυμβήτριες W10)



1.ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΙΔΗ ΜΑΡΙΝΑ(Marina Triantafillidi)



2.ΚΟΥΒΕΛΗ ΒΙΚΥ(vicky kouveli)- (3 φορές παγκ. πρωταθλήτρια 3 Km masters OWS, προπονήτρια και έφορος του "ΛΕΑΝΔΡΟΣ").



3.ΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΥ ΝΕΦΕΛΗ

Κατηγορία ανδρών OWS 2020 άνω των 10 + Km (M10+) (πήραν μέρος 7 κολυμβητές M10+)



1.ΜΑΥΡΟΜΑΤΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ(Dimitris Mavromatis)



2.ΒΟΥΛΓΑΡΑΚΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ(Γιώργος Βουλγαράκης)



3.ΛΑΦΑΖΑΝΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ(Γιάννης Λαφαζάνος)

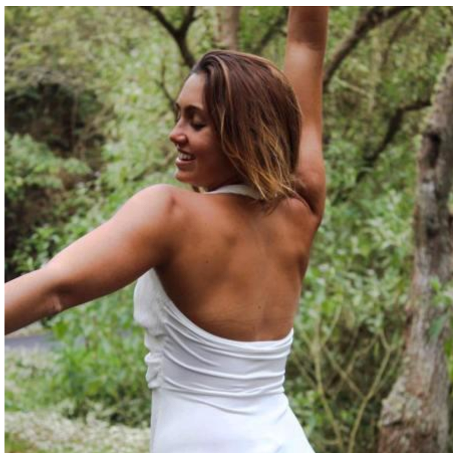
Κατηγορία γυναικών OWS 2019 άνω των 10 + Km (W10+) (πήραν μέρος 5 κολυμβήτριες W10+)



1. ΓΟΝΙΔΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ(Xristina Gonidi)(ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ "ΛΕΑΝΔΡΟΣ").



2. ΡΟΖΟΥ ΑΝΘΗ(Ανθή Ρόζου)



3.DEMOUSTIER LAURA(Laura Demoustier)

Κατηγορία ανδρών OWS 2020 άνω των 10+ Km με στολή wetsuit (MW10+) (πήραν μέρος 1 κολυμβητές MW10+)



1.ΒΑΡΟΥΧΑΚΗΣ ΚΩΣΤΗΣ(Kostas Varouchakis)



6. Τα πορτραίτα για τους 133 νικητές βάθρου των ανά 5ετία age groups του ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ OWS **''ΛΕΑΝΔΡΟΣ 2020''** **σελ. 88-136**

ΔΕΙΤΕ ΤΟΝ ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΣΥΝΗΜΜΕΝΟ **αναλυτικό ΠΙΝΑΚΑ** excel με τα 1071 ονόματα ΟΛΩΝ των μαραθωνοκολυμβητών 2020 με όλες τις επιδόσεις τους.

ΟΤΑΝ ΔΕΙΤΕ **ΧΡΩΜΑ** ΣΤΟ ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ ΣΑΣ στο παρακάτω excel , ΤΟΤΕ είστε ένας από τους 130 που **ΒΡΑΒΕΥΕΣΘΕ** (βάθρο age group) !!!

https://leandrosswim.files.wordpress.com/2020/11/finalfinal-2020-age-group-ranking-ce93ce9acea1ce91ce9d-cea0cea1ce99-ows-cebcceb5-cf87cf81cf89cebcceb1cf84ceb1.xlsx

ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ το παραπάνω **excel**
-ΠΕΡΙΕΧΕΙ όλα τα ονόματα και των 1071 κολυμβητών του 2020 με αναλυτικά τους βαθμούς του καθενός και την κατάταξη εκάστου στην γενική. Έχει ενημερωθεί και με την κατάταξη όλων από τον πρώτο ως τον τελευταίο στις κατηγορίες M,W,MW,WW. Επίσης έχει ενημερωθεί και για την κατάταξη εκάστου στο ανά πενταετία age group που ανήκει. Δηλαδή ο καθένας που κολύμπησε μπορεί να δει την κατάταξή του αφενός στην γενική βαθμολογία και αφετέρου την εν γένει κατάταξή του στο ανά πενταετία age group στο οποίο ανήκει !!!
-Επίσης με χρωματική διαφοροποίηση περιέχει και τους 130 ΝΙΚΗΤΕΣ των βραβείων-μεταλλίων (χρυσό-αργυρό-χάλκινο) του ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ O.W.S. 2020 M,W,MW,WW σε όλα τα ανά πενταετία AGE GROUPS (από 10 ως 74 ετών) της σειράς 24 αγώνων Open Water Swimming 2020.
Ακολουθεί δεύτερος **περιληπτικός πίνακας** excel που περιέχει ΜΟΝΟ τους **130 ΝΙΚΗΤΕΣ των age groups μεταλλίων +3 τιμητικές βραβεύσεις.**

https://leandrosswim.files.wordpress.com/2020/11/130-age-group-ceb4ceb9cf80cebbcf8ecebcceb1cf84ceb1-20205-cf84ceb9cebcceb7cf84ceb9cebaceac-1.xlsx

ΤΙΜΗΤΙΚΑ ΒΡΑΒΕΥΟΝΤΑΙ και οι παρακάτω 3.
1. Τα (3) Εκτός συναγωνισμού καμάρια μας της Εθνικής Ελλάδος OWS, που όπως συνηθίζεται παραχωρούν την θέση τους στο βάθρο των age groups στους αμέσως επόμενους :



ΝΕΓΡΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ(Εθνική Ελλάδος OWS)(Dimitris Negris)



ΓΕΩΡΓΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΑΝΔΡΕΑΣ (Εθνική Ελλάδος OWS)

και


ΑΠΛΑΝΤΗ ΣΤΕΛΛΙΝΑ(Εθνική Ελλάδος OWS)(Stellina Aplanti) !!

Ακολουθούν οι φωτο από FB των 130 νικητών , σε όλα τα ανά πενταετία AGE GROUPS του ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ OWS 2020.

AGE GROUP (M-15) ανδρών κάτω των 15 ετών :
1.ΓΕΩΡΓΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ



2.ΕΞΑΡΧΟΥ ΣΤΕΦΑΝΟΣ



3.ΨΩΜΙΑΔΗΣ ΝΙΚΟΛΑΣ

AGE GROUP (W-15) γυναικών κάτω των 15 ετών:



1.ΚΕΡΑΜΙΔΑ ΙΛΙΑ

2.ΕΞΑΡΧΟΥ ΜΑΡΙΑ



3.ΣΚΡΕΤΑ ΕΛΙΣΣΑΒΕΤ

AGE GROUP (M15-19) ανδρών :



1.ΚΟΜΙΝΗΣ ΑΛΤΑΝΗΣ ΟΔΥΣΣΕΑΣ(Οδυσσέας Κομίνης)



2.ΑΘΑΝΑΣΟΥΛΑΚΗΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ(Anastasis Athanasoulakis)



3.ΘΕΟΦΑΝΟΥΣ ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΣ(Christopher Theofanous)

AGE GROUP (W15-19) γυναικών :



1.ΚΑΤΡΑΝΤΣΙΩΤΗ ΙΩΑΝΝΑ



2.ΓΚΑΝΟΓΙΑΝΝΗ ΑΡΕΤΗ



3.ΧΑΡΟΚΟΠΟΥ ΣΤΕΛΛΙΝΑ

AGE GROUP (MW15-19) ανδρών με στολή wetsuit :



1.ΚΑΛΟΓΕΡΟΠΟΥΛΟΣ ΘΕΟΧΑΡΗΣ



2.ΘΕΟΦΑΝΟΥΣ ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΣ(Christopher Theofanous)

AGE GROUP (WW15-19) γυναικών με στολή wetsuit :



1.ΒΑΛΜΑ ΕΜΙΛΥ

AGE GROUP (M20-24) ανδρών :



1. ΝΕΓΡΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ (Dimitris Negris)Εκτός συναγωνισμού ΠΡΩΤΟΣ,ΕΘΝΙΚΗ ΕΛΛΑΔΟΣ OWS !!!



1.ΓΕΩΡΓΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΑΝΔΡΕΑΣ (Ανδρέας Γεωργακόπουλος)Εκτός συναγωνισμού ,ΕΘΝΙΚΗ ΕΛΛΑΔΟΣ OWS !!!



1.ΣΚΟΤΑΔΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ(Γιώργος Σκοτάδης)



2.ΛΑΪΟΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ

3.ΤΕΚΙΔΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ

AGE GROUP (W20-24) γυναικών :



1.ΑΓΓΕΛΕΤΟΥ ΝΙΚΟΛΕΤΑ(Νικολέτα Αγγελέτου)



2.ΛΕΜΠΛ ΗΛΕΚΤΡΑ(Ilektra Lebl)



.ΑΠΛΑΝΤΗ ΣΤΕΛΛΙΝΑ(Stellina Aplanti)(Εκτός συναγωνισμού Εθνικής Ελλάδος OWS)



3.ΝΤΑΛΛΑ ΟΛΓΑ(Ολγα Νταλλα)

AGE GROUP (MW20-24) ανδρών με στολή wetsuit :



1.ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ ΓΙΩΡΓΟΣ



2.ΚΑΦΕΤΖΗΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ

AGE GROUP (WW20-24) γυναικών με στολή wetsuit :



1.ΜΠΕΚΑ ΕΥΑ(Eva Mpeka)

AGE GROUP (M25-29) ανδρών :



1.ΓΚΟΤΖΙΑΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ(Δημήτρης Γκοτζιας)



2.ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΓΙΩΡΓΟΣ(George Papajim)



3.ΚΥΡΙΑΖΟΠΟΥΛΟΣ ΝΙΚΟΣ(Nikos Kyriazopoulos)

AGE GROUP (W25-29) γυναικών :



1.ΓΟΝΙΔΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ(Xristina Gonidi) (ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ "ΛΕΑΝΔΡΟΣ") ΠΡΩΤΗ ΑΠΟ ΑΝΔΡΕΣ και ΓΥΝΑΙΚΕΣ.



2.ΔΕΛΙΑΛΗ ΝΕΛΛΗ(Nelly Deliali)



3.ΣΑΠΑΡΗ ΚΑΤΕΡΙΝΑ(Katerina Sapari)

AGE GROUP (MW25-29) ανδρών με στολή wetsuit :



1.ΚΑΡΑΠΑΤΗΣ ALEX ΙΩΑΝΝΗΣ(Alex John Karapatis)



2.ΤΑΓΚΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ(Δημήτρης Τάγκης)

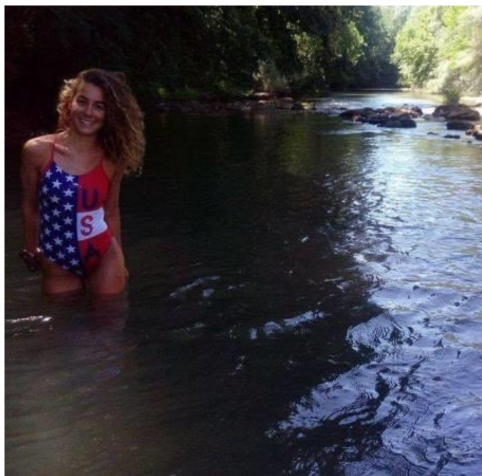
AGE GROUP (WW25-29) γυναικών με στολή wetsuit :



1.ΣΑΠΑΡΗ ΚΑΤΕΡΙΝΑ(Katerina Sapari)



2.ΓΙΑΡΕΝΗ ΑΦΡΟΔΙΤΗ(Afrodite Giareni)



3.ΓΕΡΟΝΤΑΚΗ ΣΟΦΙΑ(Sofia Gerodaki)

AGE GROUP (M30-34) ανδρών :



1.ΜΑΥΡΟΜΑΤΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ(Dimitris Mavromatis)



2.ΣΟΥΒΑΤΖΟΓΛΟΥ ΓΡΗΓΟΡΗΣ(Souvatzoglou Grigorios)



3.ΚΑΡΥΔΗΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ(Alex Walnut Karidis)

AGE GROUP (W30-34) γυναικών :

1.ΑΛΕΞΙΔΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ



2.DEMOUSTIER LAURA(Laura Demoustier)



3.ΡΟΥΓΚΟΥ ΠΕΓΚΥ(peggy rougou)

AGE GROUP (MW30-34) ανδρών με στολή wetsuit :



1.YASU FUKUOKA(yasunari.hirai)



2.ΔΗΜΟΠΟΥΛΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ(Panagiotis Dimopoulos)



3.ΝΤΑΪΝΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ(Konstantinos Dainas)

AGE GROUP (WW30-34) γυναικών με στολή wetsuit :



1.ΤΡΙΤΣΙΜΠΙΔΑ ΝΤΟΡΙΝΑ(Dorina Trits)(ΠΡΩΤΗ από ΟΛΕΣ τις γυναίκες με στολή wetsuit)



2.ΕΡΓΑ ΖΗΝΟΒΙΑ(Zinovia Erga)



3.ΧΑΣΙΩΤΗ ΛΙΑΝΑ(Liana Ch)

AGE GROUP (M35-39) ανδρών :



1.ΠΑΝΕΤΗΣ ΛΕΥΤΕΡΗΣ



2. ΜΟΙΡΑΣ ΜΑΝΟΣ(manolo.miras)



3. ΔΕΜΕΤΗΣ ΒΑΣΙΛΗΣ(Vasilis Demetis)(ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ "ΛΕΑΝΔΡΟΣ")

AGE GROUP (W35-39) γυναικών :



1.ΠΕΝΝΑ ΥΒΟΝΝΗ(Yvonni Penna)



2.ΣΥΓΓΕΝΙΩΤΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ(Konstantina Siggevioti)



3.ΜΑΚΡΙΔΑΚΗ ΔΑΝΑΗ-ΕΛΙΝΑ(DanEI Makrid)(ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ "ΛΕΑΝΔΡΟΣ")

AGE GROUP (MW35-39) ανδρών με στολή wetsuit :



1.ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ



2.ΜΟΙΡΑΣ ΜΑΝΟΣ(manolo.miras)



3.ΚΟΤΤΗΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ(Konstantinos Kottis)

AGE GROUP (WW35-39) γυναικών με στολή wetsuit :



1.ΦΥΤΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ



2.ΜΑΚΡΙΔΑΚΗ ΔΑΝΑΗ-ΕΛΙΝΑ(DanEl Makrid)(ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ "ΛΕΑΝΔΡΟΣ")



3.ΠΑΠΑΪΩΑΝΝΟΥ ΚΑΤΕΡΙΝΑ(Katerina Papaioannou)

AGE GROUP (M40-44) ανδρών :



1.ΠΑΓΚΡΑΤΗΣ ΠΡΟΚΟΠΗΣ(Akis Pagratis)(ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ "ΛΕΑΝΔΡΟΣ")



2. ΑΝΑΜΟΥΡΛΟΓΛΟΥ ΒΑΣΙΛΗΣ(Vasilis Anamourloglou)



3. STOYCHEV PETAR(Petar Stoychev)

AGE GROUP (W40-44) γυναικών :



1.ΠΟΛΥΖΟΥ ΣΟΦΙΑ(Sofia Polyzou)



2.ΣΕΡΒΟΥ ΙΩΑΝΝΑ(Ioanna Servou)



3. ΝΤΕΛΛΑ ΚΑΤΕΡΙΝΑ (Ntella Katerina)

AGE GROUP (MW40-44) ανδρών με στολή wetsuit :



1.ΤΖΑΝΑΒΑΡΑΣ ΧΑΡΗΣ



2.ΑΛΥΦΑΝΤΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ(George Alyfantis)



3.ΒΛΑΧΟΣ ΚΩΣΤΑΣ(Κωστας Βλαχος)

AGE GROUP (WW40-44) γυναικών με στολή wetsuit :



1.ΜΠΡΕΓΙΑΝΝΗ ΕΛΕΝΗ(Eleni Bregianni)

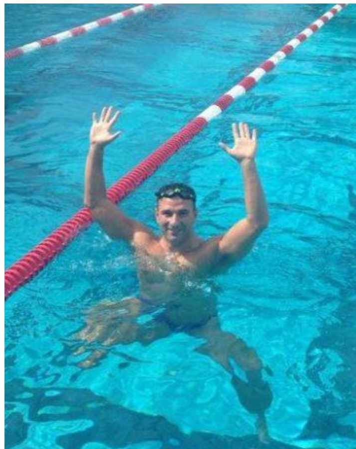


2.ΟΙΚΟΝΟΜΟΥ ΜΑΡΓΑΡΙΤΑ



3.ΤΖΑΧΡΗΣΤΟΥ ΕΛΛΗ(Elli Tzachristou)

AGE GROUP (M45-49) ανδρών :



1.ΣΑΡΡΗΓΕΩΡΓΙΔΗΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ(Konstantinos Sarrigeorgidis)



2.ΤΡΙΒΥΖΑΣ ΧΡΗΣΤΟΣ(Chris Trivizas)



3.ΚΩΝΣΤΑΝΤΕΛΛΟΣ ΒΑΣΙΛΗΣ(VasilisKonstantelos)(ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ »ΛΕΑΝΔΡΟΣ»).

AGE GROUP (W45-49) γυναικών :



1. ΣΤΟΓΙΑΝΝΙΔΟΥ ΚΛΕΟΠΑΤΡΑ (Patty Stogiannidou)



2.ΜΑΥΡΙΔΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ (Vasilki Mavridou)



3.ΜΠΙΚΩΦ ΜΑΝΙΑ(Bikof Mania-Maria)

AGE GROUP (MW45-49) ανδρών με στολή wetsuit :



1.ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ(Chris Assimakopoulos) (ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ "ΛΕΑΝΔΡΟΣ").ΠΡΩΤΟΣ από όλους τους άνδρες με στολή wetsuit.



2.ΒΑΜΒΑΚΙΔΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ(Giannis Vamvakidis)

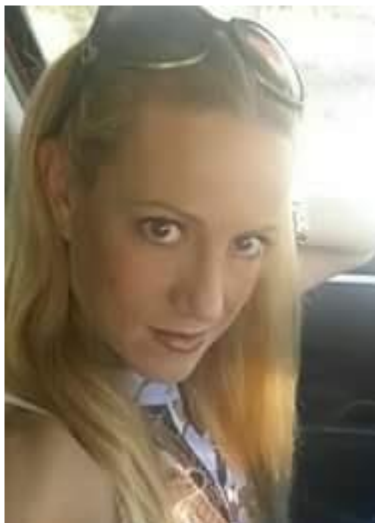


3.ΒΑΡΟΥΧΑΚΗΣ ΚΩΣΤΗΣ(Kostas Varouchakis)

AGE GROUP (WW45-49) γυναικών με στολή wetsuit :



1.ΚΟΥΡΚΟΥΤΙΔΟΥ ΑΘΗΝΑ



2.ΖΑΡΑΝΗ ΚΕΛΛΥ(Kelly Zarani)



3.ΓΕΩΡΓΑΝΤΗ ΕΦΗ(Efi Georganti)

AGE GROUP (M50-54) ανδρών :



1.ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ ΑΡΗΣ(Aris Ioannidis)



2.ΜΠΟΤΟΠΟΥΛΟΣ ΚΩΣΤΑΣ(Kostas Mpotopoulos)

3.ΣΤΑΥΡΟΣ ΓΙΑΝΝΗΣ

AGE GROUP (W50-54) γυναικών :

ΒΙΚΥ ΚΟΥΒΕΛΗ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΡΙΑ masters 3 Km OWS 2015-2017-2019







ΡΩΣΙΑ 2015- ΟΥΓΓΑΡΙΑ 2017 -ΚΙΝΑ 2019

1. **ΚΟΥΒΕΛΗ ΒΙΚΥ(vicky kouveli)- (3 φορές παγκ. πρωταθλήτρια 3 Km masters OWS, προπονήτρια και έφορος του "ΛΕΑΝΔΡΟΣ").**



2.ΖΑΝΝΙΚΟΥ ΣΤΑΜΑΤΟΥΛΑ(Stamatoula Zannikou)



3.ΡΟΖΟΥ ΑΝΘΗ(Ανθή Ρόζου)

AGE GROUP (MW50-54) ανδρών με στολή wetsuit :



1. ΛΙΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΚΥΡΙΑΚΟΣ(Κυριάκος Λιακόπουλος)



2.ΠΑΦΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ(Athanasios Pafos)



3.ΜΥΛΩΝΟΠΟΥΛΟΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ

AGE GROUP (MW50-54) γυναικών με στολή wetsuit :



1.ΖΗΚΑ ΕΛΕΝΑ(Elena Zika)



2.ΛΥΜΠΕΡΟΠΟΥΛΟΥ ΓΚΡΕΤΑ (Greta Lymberopoulou)



3.ΚΑΒΑΛΙΕΡΑΤΟΥ ΕΛΕΝΑ(Elena Kavallieratou)

AGE GROUP (M55-59) ανδρών :



1.ΜΠΑΝΤΟΥΒΑΝΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ (Panos Bantouvanis)



2.ΚΑΡΑΜΠΑΣ ΑΡΗΣ(Άρης Καραμπάς)



3.ΠΟΛΑΚΗΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ(Spyridon Polakis)

AGE GROUP (W55-59) γυναικών :



1.ΦΡΑΓΓΕΛΑΚΗ ΕΛΕΝΗ(Ελένη Φραγγελάκη)

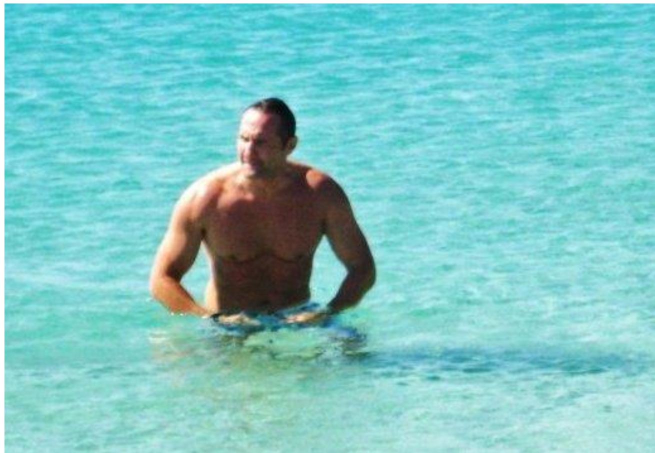


2.ΚΕΦΑΛΕΑ ΚΙΡΚΗ(Kirki Kefalea)



3.ΓΕΡΑΛΗ-ΡΟΥΣΣΟΥ ΕΛΕΝΗ(Eleni Gheralis-Roussos)

AGE GROUP (MW55-59) ανδρών με στολή wetsuit :



1.ΣΑΚΚΑΣ ΗΛΙΑΣ(Ilias Sakkas)



2.ΜΙΧΑΛΟΠΟΥΛΟΣ ΣΤΕΛΙΟΣ



3.ΧΑΡΑΤΣΗΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ(Charatsis Vangelis)

- **AGE GROUP (WW55-59) γυναικών με στολή wetsuit :**



1.ΣΑΜΑΡΟΠΟΥΛΟΥ ΑΛΙΚΗ(Aliki Samaropoulou)

2.ΧΡΙΣΤΟΦΙΛΟΥ ΑΛΙΚΗ



3.ΦΡΑΓΓΕΛΑΚΗ ΕΛΕΝΗ(Ελένη Φραγγελάκη)

AGE GROUP (M60-64) ανδρών :



1.ΛΑΦΑΖΑΝΟΣ ΓΙΑΝΝΗΣ(Γιάννης Λαφαζάνος)



2.ΚΟΥΤΡΑΣ ΑΓΓΕΛΟΣ(angelos koutras)



3.ΤΣΩΝΟΣ ΑΝΤΩΝΙΟΣ(αντωνης τσωνος)

AGE GROUP (W60-64) γυναικών :



1.ΠΑΝΟΥΣΗ ΣΟΦΙΑ



2.PURNELL PASCALE(Pascale Purnell)

Η ΠΡΩΤΗ ΚΑΙ ΜΟΝΑΔΙΚΗ ΕΛΛΗΝΙΔΑ ΠΟΥ ΔΙΕΠΛΕΥΣΕ ΤΗ ΜΑΓΧΗ

Η ΠΡΩΤΗ ΠΟΥ ΚΟΛΥΜΠΗΣΕ ΔΙΠΛΟ ΔΙΑΠΛΟΥ ΚΟΡΩΝΗ-ΚΑΛΑΜΑΤΑ

Η ΠΡΩΤΗ ΠΟΥ ΚΟΛΥΜΠΗΣΕ ΔΙΠΛΟ ΔΙΑΠΛΟΥ ΤΟΥ ΚΟΡΩΝΑΙΟΥ ΚΟΛΠΟΥ

Η Σοφία Ψηλόλιγνου γεννήθηκε το 1960. Είναι κολυμβήτρια και υπήρξε μέλος των εθνικών ομάδων νεανίδων και γυναικών, με πολλές πανελλήνιες νίκες στα εθνικά πρωταθλήματα και τρεις τρίτες νίκες σε Βαλκανιάδες. Είναι η πρώτη Ελληνίδα που διέπλευσε τη Μάγχη και μάλιστα δύο φορές, κάτι που δεν έχει επιτύχει άλλη Ελληνίδα. Ο χρόνος της ήταν 10 ώρες και 40 λεπτά – επίδοση που χαρακτηρίζεται εξαιρετική. Είναι η πρώτη μεταξύ όλων των Ελλήνων που κολύμπησε τον διπλό διάπλου Κορώνη-Καλαμάτα, δηλαδή μια απόσταση 60χλμ.

Επίσης, στις 17 Ιουλίου 2008, έγινε η πρώτη Ελληνίδα που πραγματοποίησε τον διπλό διάπλου του Τορωναίου Κόλπου (Κασσάνδρας). Κολύμπησε τα 52 χιλιόμετρα της συνολικής απόστασης σε 19½ ώρες.

Η Σοφία Ψηλόλιγνου έχει κολυμπήσει σε δεκάδες σημαντικούς αγώνες όπως τους διάπλους Βοσπόρου, Τορωναίου Κόλπου, Κεφαλονιάς, Μεσσηνιακού και Μαλλιακού Κόλπου. Είναι πτυχιούχος της ΑΣΟΕΕ και μητέρα τριών παιδιών.

3.ΨΙΛΟΛΙΓΝΟΥ ΣΟΦΙΑ(Sofia Psilolignou)

AGE GROUP (MW60-64) ανδρών με στολή wetsuit :



1.ΑΛΕΞΙΟΥ EDDY(Eddy Alexiou)



2.ΣΙΔΗΡΟΠΟΥΛΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ(Nikos Sidiropoulos)

AGE GROUP (WW60-64) γυναικών με στολή wetsuit :



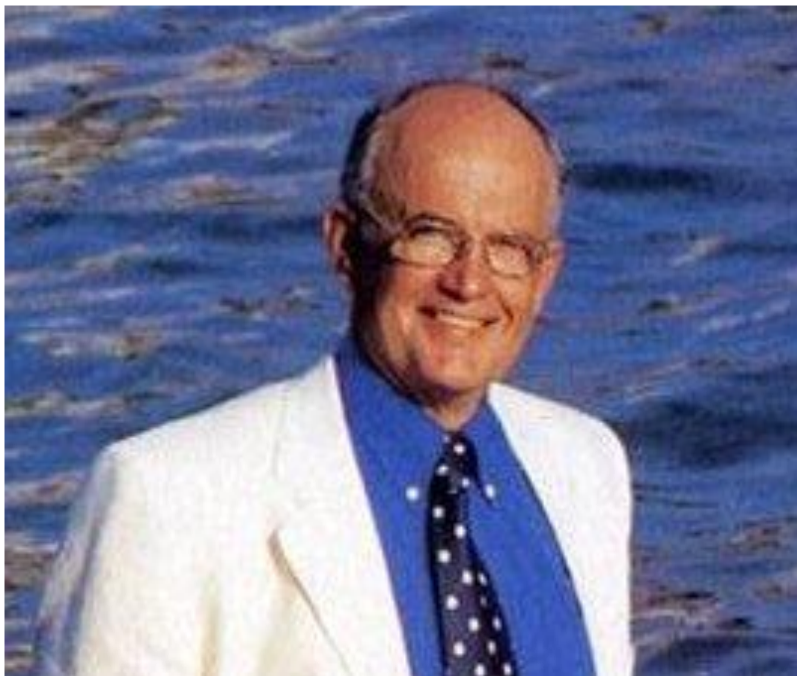
1.ΜΑΝΩΛΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΙΡΗ(Mary Manolopoulou)

AGE GROUP (M65-69) ανδρών :



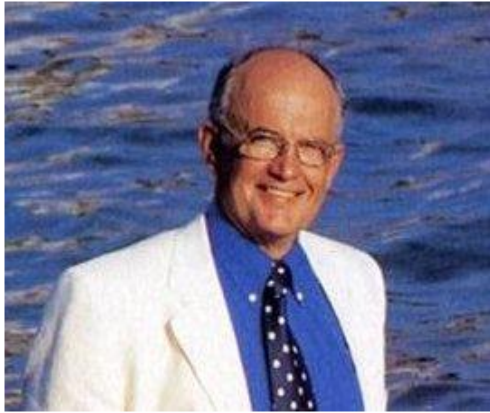
1.ΑΧΟΥΖΑΡΙΔΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ(Nikos Achouzaridis)

2.ΖΗΓΟΡΗΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ(Stefan Zigoris)



3.ΚΩΤΣΙΟΠΟΥΛΟΣ ΓΙΑΝΝΗΣ(Giannis Kotsiopoulos) (ΠΡΟΕΔΡΟΣ του ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ "ΛΕΑΝΔΡΟΣ")

AGE GROUP (MW65-69) ανδρών με στολή wetsuit :



1.ΚΩΤΣΙΟΠΟΥΛΟΣ ΓΙΑΝΝΗΣ(Giannis Kotsiopoulos) (ΠΡΟΕΔΡΟΣ του ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ "ΛΕΑΝΔΡΟΣ")



2.ΛΟΥΡΑΝΤΟΣ ΞΕΝΟΦΩΝ(xenofon lourantos) (ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ ΔΣ του ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ "ΛΕΑΝΔΡΟΣ")



Ironman-Ultraman Triathlon Anastasios Stathopoulos

3.ΣΤΑΘΟΠΟΥΛΟΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ

AGE GROUP (M70-74) ανδρών :



1.ΝΟΤΑΡΑΣ ΓΙΑΝΝΗΣ(Γιαννης Νοταρας)



2.ΑΒΑΓΙΑΝΟΣ ΙΩΣΗΦ (ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ "ΛΕΑΝΔΡΟΣ")



3.ΖΩΓΡΑΦΟΣ ΑΓΙΣ(Agis Zografos)(ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΜΑΣ "ΛΕΑΝΔΡΟΣ")

3.ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ (ισοβαθμία)

AGE GROUP (MW70-74) ανδρών με στολή wetsuit :



1.ΡΙΤΣΩΝΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ



7. ΕΠΙΜΥΘΙΟ **σελ. 137**

Την τελευταία δεκαετία το **OWS** είναι το γρηγορότερα αναπτυσσόμενο άθλημα.

Το ίδιο συνέβη και στην Ελλάδα. Ο θαυμασμός όλων μας στους τεράστιους **Σπύρο Γιαννιώτη** και **Μαριάννα Λυμπερτά** έκανε το θαύμα του. Το αποδεικνύουν οι αριθμοί τόσο των διεξαγόμενων αγώνων, όσο και οι αριθμοί των συμμετεχόντων. Από τον ένα αγώνα και τους λίγες δεκάδες κολυμβητές το 1971 είμαστε σήμερα στους εκατοντάδες αγώνες και στους χιλιάδες κολυμβητές.

Αντί για απάντηση στο **γιατί ?** συμβαίνει αυτή η άνθηση του OWS, παραθέτω το άρθρο του μοναδικού Γιώργου Σκαμπαρδώνη, για τον θρυλικό διάπλου του Τορωναίου.



Η δύναμη της πέννας του, μας κάνει να αγαπάμε το "Μέγα κυματοδρόμιο του Τορωναίου" πιο πολύ !

Τορωναίου τα θαύματα

Του ΓΙΩΡΓΟΥ ΣΚΑΜΠΑΡΔΩΝΗ

«Ο άνεμος κλαίει, σκυλί στα λυσσακά του». Το κύμα, κινούμενο νεράθουνο πάθους εφτά μποφώρ, περνάει πάνω από το κεφάλι σου, πάνω από τα κεφάλια των κολυμβητών, χτυπάει στη βάρκα συνοδείας, γυρίζει και ξανασκάει στο πρόσωπό σου τη στιγμή που βγαίνεις για μιαν, ακριβή, κλεφτή ανάσα.

Σκυλί στα λυσσακά του ο άνεμος και ο Τορωναίος κόλπος αντάριασμένος, άγριος, έξω φρενών, θαρρείς που πάλι και φέτος, εικοσιπέντε κολυμβητές, εικοσιπέντε μικροσκοπικά όντα (συγκριτικά με το μεγαλείο τους) αποτολμούν να τον διασχίσουν, να τον πατήσουν, να τον παραβιάσουν, να τον ταπεινώσουν, με μόνο όπλο τα χεράκια τους, το γυμνό τους φτενό σαρκίο και το μεγάλο φωτεινό όραμα μέσα στο επίμονο, τρομερό μυαλό τους, πιο τρομερό από οποιονδήποτε άνεμο, από οποιανδήποτε δυσκολία.

Αυτός ο ανελέητος αγώνας, ο κολυμβητικός διάπλους του Τορωναίου κόλπου, η διαδρομή από το ένα πόδι της Χαλκιδικής στο άλλο, από την Αφυτο στη Νικήτη που γίνεται κάθε χρόνο επί 24 συναπτά έτη, ήταν φέτος, προχθές, το περασμένο Σάββατο, ένας πραγματικός σπαραγμός ένας αγώνας κοινών θνητών, βροτών, φθαρτών σωμάτων με τον θεό Ποσειδώνα.

Οι αθερίνες εναντίον του Λεβιάθαν, ή μήπως κοινές ζαργάνες επιφανείας κατά του θηριώδους Μπόμπυ Ντικ;

«Να 'ταν η θάλασσα στεριά να 'πηγε περπατήσω και να περάσω απέναντι να μου διαβούν οι πόνοι».

Εδώ, σ' αυτόν τον φοβερό αγώνα, στον κολυμβητικό διάπλου του Τορωναίου κόλπου δεν περνούν οι πιστωτικές κάρτες και τα φύκια δεν είναι μεταξωτές κορδέλες. Εδώ χρειάζονται κάποια πραγματικά, πνευμόνια και ώμοι, σθεναρό καρδιαναπνευστικό αλλά, πιο πολύ: πίστη, αφοσίωση, πάθος, ανελέητη επιμονή, ατελεύτητη καρτερία, διαρκής αυτοϋπέρβαση, περιφρόνηση της οδύνης, εσωτερικό φως καταντικρυ στο φόβο των ανελέητων κυμάτων και υπο αποκάτω τους εφιαλτικό σκοτάδι.

Εδώ δεν πρόκειται για κρουαζιέρα με αντιηλιακό Καροτέν, ούτε για ακολουθία του εσπερινού.

Εδώ μπουμπουνίζει το νερό και από πάνω έρχονται τα αφρισμένα λεφούσια, η βοή, η νερένια λαίλαπα κι αποκάτω είναι το ψυχρό, πράσινο, επίφοβο θάμπωμα, η κατάθλιψη, η φοβία και η τεράστια μπλε μέδουσα της αδυναμίας που σου γνέφει: «παραιτήσου, ανέβα στη βάρκα να ησυχάσεις, εγκατάλειψε!».

Οι ατελείωτες παράγραφοι των κυμάτων.

Το Μέγα του Τορωναίου Κυματοδρόμιον.

Σ' αυτόν τον φετινό αγώνα, στον οποίο τα πέντε μποφώρ γίνονταν εφτά και τ' ανάπαλιν, συμμετείχαν εικοσιπέντε κολυμβητές εκ των οποίων οι τρεις κοπέλες - η μία, θαλασσοκόρη του «Αλμπατρος», η Βαΐα Μίκηκη, παρουσία ευγενική και λεπτοφυής, κατόρθωσε να βγει στην αμμουδιά της Νικήτης, να τερματίσει, όπως και οι δεκαέξι από τους συμμετέχοντες σ'

ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ OWS «ΛΕΑΝΔΡΟΣ»



Οι σπουδαιότερες βραβεύσεις των δέκα ΓΚΡΑΝ ΠΡΙ O.W.S. ''2014-2023 ΛΕΑΝΔΡΟΣ''



1. **Σπύρος Χρυσικόπουλος** (για το παγκόσμιο ρεκόρ Ρόδος-Καστελλόριζο σε 64 ώρες 05 λεπτά non-stop).
2. **Βίκυ Κουβέλη και Άρης Ιωαννίδης-MVP δεκαετίας 2014-2023** (για τις Ελληνικές τους πρωτιές, αλλά και για τους τίτλους του Παγκόσμιου και Πανευρωπαϊκού Πρωταθλητή Masters αντίστοιχα).
3. **Σύλλογος ''ΣΙΘΩΝ''**, ο μόνος που από το 1971 διοργανώνει τον διάπλου του ΤΟΡΩΝΑΙΟΥ Κόλπου.
4. **Γιάννης Χατζήμπεης**, ο πιο επιτυχημένος Έλληνας ΑΜΕΑ Μαραθωνοκολυμβητής.
5. **Σπύρος Χρυσικόπουλος** (για το ρεκόρ GUINNESS και τον Τετραπλό Τορωναίο).

Τόμος 7ος. 2020

ISBN: 9 786188 757103 9 786188 757172

Γιάννης Κωτσιόπουλος

www.leandrosswim.wordpress.com